

ПСИХОЛОГІЯ МІЖГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ

У ВИМІРАХ
ВІЙНИ
І МИРУ



НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
Лабораторія психології малих груп та міжгрупових відносин

ПСИХОЛОГІЯ МІЖГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ
У ВИМІРАХ ВІЙНИ І МИРУ

НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК

За науковою редакцією
кандидата психологічних наук Л. Г. Чорної

Київ – 2023

УДК 316.455 : 316.485.26

Рекомендовано до друку вченою радою
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України
Протокол № 12/23 від 31 жовтня 2023 року

Рецензенти :

Л. М. Коробка, кандидат психологічних наук,

Л. В. Дзюбка, кандидат психологічних наук,

М. В. Максимов, доктор психологічних наук

- Пс 86 Психологія міжгрупової взаємодії у вимірах війни і миру : навчальний посібник / [Л. Г. Чорна, П. П. Горностай, В. І. Вус, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка] ; за наук. ред. Л. Г. Чорної ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький: Імекс ЛТД, 2023. – 146 с.

ISBN 978-966-189-687-0

У навчальному посібнику розглянуто зміст, види, просторові та часові характеристики, структуру та типові ситуації міжгрупової взаємодії. На основі узагальнення напрацювань вітчизняної та світової психології та відповідно до актуальної ситуації російсько-української війни розкриваються механізми та динаміка взаємодії між групами. Показано, як ризики мирної міжгрупової взаємодії переростають у війну, та як війна посилює виклики взаємодії серед українців. Обґрунтовано підходи до вдосконалення міжгрупової взаємодії та розроблено технології її фасилітації.

Адресовано студентам та аспірантам, що вивчають дисципліни соціогуманітарного профілю. Стане в пригоді фахівцям психологічної служби систем освіти та соціальної роботи, вчителям загальноосвітніх навчальних закладів, представникам професійних психологічних асоціацій, громадських організацій, об'єднаних територіальних громад, волонтерських організацій, керівникам органів державної влади та місцевого самоврядування, органів управління освітою, усім тим, хто підвищує кваліфікацію в системі післядипломної освіти.

УДК 316.455 : 316.485.26

ISBN 978-966-189-687-0

© Інститут соціальної та політичної психології
НАПН України, 2023

© Чорна Л. Г., Горностай П. П., Вус В. І.,
Коробанова О. Л., Плетка О. Т., 2023

**ПСИХОЛОГІЯ МІЖГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ
У ВИМІРАХ ВІЙНИ І МИРУ**

Попереднє слово до читача (Чорна Л. Г.).....	4
1. ВІЙНА І МИР ЯК МІРИЛА МІЖГРУПОВИХ ВІДНОСИН	
1.1. Психологічна абетка міжгрупової взаємодії (Чорна Л. Г.).....	7
1.2. Як групові стереотипи та упередження переростають у війну та геноцид (Чорна Л. Г.).....	39
1.3. Міжгрупова взаємодія в умовах війни: чому і як виникають колективні травми (Горностай П. П.).....	51
1.4. Міграція як воєнна реалія (Коробанова О. Л.).....	55
1.5. Виклики міжгрупової взаємодії в мирний час (Чорна Л. Г.).....	69
Питання для обговорення та закріплення матеріалу.....	80
Теми для самостійного освоєння.....	82
Література.....	83
2. ФАСИЛІТАЦІЯ МІЖГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ПІДТРИМКИ СОЦІАЛЬНИХ ГРУП	
2.1. Алгоритми фасилітації міжгрупової взаємодії (О. Л. Коробанова)...	95
2.2. Консультативні та тренінгові технології додання наслідків міжгрупових конфліктів (П. П. Горностай).....	104
2.3. Тренінгова технологія психосоціальної підтримки внутрішньо переміщених осіб в умовах війни (Плетка О. Т.).....	113
2.4. Організація здоров'яорієнтованого соціального середовища в системі освіти та територіальних громадах (В. І. Вус).....	127
Питання для обговорення та закріплення матеріалу.....	133
Практичні завдання.....	134
Література.....	134
Післямова (Чорна Л. Г.).....	142
Глосарій.....	143

Попереднє слово до читача

Взаємодія між великими і малими соціальними групами повсякчас, прямо та опосередковано, представлена в нашому повсякденному житті. Батьки, вчителі та учні, цивільні та військові, дорослі та діти, місцеві та приїжджі вступають у взаємодію, як представники умовних і реальних груп. Саме завдяки порівнянню себе з представниками інших соціальних груп людина в змозі дати відповідь на запитання: «Хто я є?». Якщо людина не ідентифікує себе як члена певної групи, то вона перебуває в стані невизначеності, а це породжує соціальну дезорієнтацію, страхи та тривожність. Крім того, розмитість національно-територіальних, громадянських, професійних тощо групових самовизначень людини зумовлює нерішучість її поведінки у складних соціальних ситуаціях, серед яких найбільш травмівною є війна. Бо приналежність до великої соціальної групи дає людині почуття солідарності, згуртованості, а також – внутрішньої сили, відчуття єдиної долі на всіх.

В умовах війни самовизначення людини, до якої групи вона належить, кого буде захищати, є питанням життя та смерті. Це позбавляє вагань, іноді дуже болісних, як взаємодіяти з представниками інших великих соціальних груп, мирних, дружніх, нейтральних, ворожих, як вчиняти в конкретній ситуації щодо тих людей, які мали б бути «своїми», але чомусь такими не виявилися, як вчиняти щодо «чужих», якими б хорошими ці чужі не здавалися. Однак, де та умовна психологічна межа між своїми та чужими? За якими ознаками ми визначаємо «своїх» і «чужих»? Відповіді на сторінках цього посібника.

Під час російсько-української війни українці самостійно організовуються та разом переживають тривожні ситуації. Люди об'єднуються в групи. Сидячи разом в укриттях під час повітряних тривог, вони не лише налагоджують такі потрібні в складних ситуаціях соціальні зв'язки, а й психологічно підтримують одне одного. Сусіди багатоквартирних будинків, які прожили поряд не один десяток років та не спілкувалися, нарешті обмінялися телефонами та поговорили про свої емоційні переживання, домовилися про спільні дії на випадок екстреної ситуації. На новому місці поселення внутрішньо переміщені особи створили нові групи з місцевими мешканцями, і ті їм стали, як рідні. Водночас війна розкидала родичів по різних куточках України та багатьох інших країн, і родинні зв'язки вже не виконують функцію соціально-психологічної підтримки «тут і зараз» так, як це було раніше. Саме ресурс групи має прийти на допомогу в таких ситуаціях. Хай то будуть волонтерські групи допомоги іншим, арт-педагогічні майстерні, професійні групи, об'єднання в земляцтва, групи самодопомоги або психотерапевтичні групи. Група допомагає віднайти опору в складній соціальній ситуації, відчуття дружню підтримку ще недавно незнайомих людей. Як зміцнити внутрішньогрупову єдність, перестати постійно сваритися у колі своїх, щоб стати сильнішими у протидії ворожій групі, - відповіді на ці та інші подібні запитання містять практики застосування психологічних технологій групової роботи, які представлені в цьому посібнику.

Внутрішня міграція українців нівелює їх територіальний поділ, здебільшого штучно підтримуваний інформаційною війною Росії проти України, на східняків і западеньців, київську владу та регіони. У процесі безпосередньої

взаємодії українців з різних регіонів зникають стереотип про «бандерівців», історична міфологія про прекрасну радянську владу, все те, що розділяло українців на окремі групи серед своїх на «своїх-чужих». Ба, більше, відбувається і символічна перебудова міжгрупових відносин і на рівні держав. Польщу українці тепер називають сестрою, щоб там часом не відбувалося між українцями та поляками. Натомість ми назавжди позбулися авторитарного та злого «старшого брата» – Росії.

Можна сказати, що війна стала чинником утворення нових реальних груп, а також перебудувала міжгрупову взаємодію – провела чітку межу між українцями та росіянами, між нами, прихильниками європейських цінностей, демократії та справедливості, з одного боку, та носіями радянської ментальності і колоніальної психології, з іншого. Більшість українців і в соціальних мережах, і в на рівні повсякденного дружнього, родинного, сусідського спілкування відкрито заявляють про свою рішучу незгоду з тими, хто марить про «єдиний братський народ», хто вважає, що раз у нього є рідня в Росії, то чому б і не помиритися. Незважаючи на всю важкість війни, її біди та болючі втрати, але психологічно українцям, як не парадоксально, у чомусь може бути трохи легше: нарешті все визначилося, нарешті стало неприйнятним удавати, що рідна мова – нерідна, що байдуже, на честь кого названо вулиці, нарешті більшість українців визначилася, хто свій, а хто чужий, хто друзі, а хто вороги. Закінчилася багатовікове застрягання між своїми та чужими, українці мають мету та йдуть до перемоги над ворогом.

На тлі розмежування на своїх і чужих серед українців зріс інтерес до історичних подій, що відбувалися на території України, до того, як взаємодіяли українці та росіяни протягом довготривалого періоду перебування в складі російської імперії, а також короткого періоду сусідської взаємодії уже на рівні державних відносин. На основі якого історичного минулого та яких територіальних утворень побудовано ідентичність росіян і українців, і як усе це вплинуло на характер взаємодії серед самих українців – теж важливі соціально-психологічні аспекти актуального сьогодення українців.

Історичні колективні травми, нанесені росіянами українцям (знищення української інтелігенції, Голодомор, теперішня агресія росіян, геноцид у Бучі та Ізюмі), вкрадена та привласнена росіянами українська історія, російсько-радянські штучно створені політичні та історичні міфи не сприяли розвитку історичної пам'яті українців, становленню їхньої групової ідентичності, що на практиці виливалося у аб'юзерську взаємодію між росіянами та українцями, ставлення росіян до українців як до об'єктів задоволення своїх імперських потреб. Поряд з гострими травмами численні переподіли українських територій у складі СРСР, виселення та переселення населення з одних територій на інші, заборона культури та мови українців призводили ще й до постійного хронічного травмування українців. Несправедливості, образи, упередження міжгрупової взаємодії під час історичних катаклізмів і соціально-політичних експериментів радянської влади позначилися на особливостях соціальної поведінки як росіян, так і українців. Якщо росіяни весь час шукають і знаходять ворогів серед усіх, хто не «руській мір», та перекладають відповідальність за розв'язання своїх

внутрішніх проблем на плечі сусідів, то в українців існує інша особливість міжгрупової взаємодії. Постійні суперечки, незадоволення, роздратованість, швидкі пошуки винних серед своїх та емоційна черствість у необдуманому використанні групових стереотипів стосовно своїх є соціально-психологічними наслідками довготривалого гострого та хронічного травмування українців у складі російської та радянської імперій. Усвідомленню причин такої конфліктної взаємодії серед своїх, формуванню виваженої міжгрупової взаємодії, засобів протидії груповим стереотипам і упередженням сприяє фасилітація групової взаємодії, групові технології долання колективних травм, налагодження контактів між умовними територіальними групами українців.

Коли людина самовизначилася, хто вона насправді є і до якої групи належить, то це не лише укріплює її моральний стан у взаємодії з представниками інших груп, а й позитивно впливає на її психологічний добробут і психічне здоров'я. У міжгруповій взаємодії наявні не лише когнітивні процеси, а й емоційні. Приналежність людини до реальної малої групи (сім'ї та родини, групи дитячого садочку, шкільного класу, студентської групи, установ і організацій, наукових, підприємницьких колективів, громадських організацій, товариських компаній тощо) забезпечує їй прихисток, у тому числі психологічний, від негараздів життя, сприяє досягненню спільних цілей.

Отже, наразі серед українців відбуваються потужні процеси групоутворення. А чим більшою мірою люди об'єднані в «Ми», тим більшу відсіч вони можуть дати ворожій групі. Цей посібник розкриває те, що треба знати кожному українцю про міжгрупову взаємодію під час війни, про її ризики в складних соціальних ситуаціях та прогнозовані виклики в майбутньому.

Посібник містить значну кількість посилань на першоджерела. Психологія міжгрупової взаємодії має потужну базу теоретичних та емпіричних досліджень. Саме в просторі міжгрупової взаємодії формуються стереотипи та упередження, відбувається стигматизація та дискримінація, інші негативні соціальні явища, які можуть набувати катастрофічних наслідків. Дослідження в цій галузі соціальної психології завжди будуть затребуваними. Тому автори посібника намагалися представити якомога ширше коло термінів, конструктів, моделей, гіпотез та власне результатів досліджень, які на сьогодні накопичила психологія за цією тематикою. Маємо надію, що ці посилання допоможуть студентам та аспірантам, а також викладачам, швидко зорієнтуватися у виборі тем самостійних досліджень, написанні магістерських та бакалаврських робіт.

Структура посібника, назви його розділів і підрозділів відображають усю складність представлених у ньому соціально-психологічних феноменів та механізмів міжгрупової взаємодії. Його автори – співробітники лабораторії психології малих груп та міжгрупових відносин Інституту соціальної та політичної психології НАПН України:

Чорна Л. Г. – слово до читача; розділи 1, 1.1, 1.2, 1.5; післямова;

Горностай П. П. – розділи 1, 1.3; 2, 2.2;

Коробанова О. Л. – розділи 1, 1.4; 2, 2.1;

Плетка О. Т. – розділ 2, 2.3;

Вус В. І. – розділ 2, 2.4.

1. ВІЙНА ТА МИР ЯК МІРИЛА МІЖГРУПОВИХ ВІДНОСИН

1.1. Психологічна абетка міжгрупової взаємодії: про що варто знати в часи війни

Перш ніж звернутися до актуальних сьогодні проблем міжгрупової взаємодії та з'ясувати, як так сталося, що велика соціальна група, під назвою «росіяни», вирішила, що найкращим способом взаємодії з іншою великою групою, з українцями, є війна, стисло наведемо основні поняття та положення психології міжгрупової взаємодії, які стали натепер аксіоматичними.

Соціальні групи та простір їхньої взаємодії. Групи бувають малими, середніми, великими та глобальними, умовними та реальними, а часом групи називають уявними. Критеріями визначення видів групи є її розмір (1), безпосередність взаємодії її членів (2), а також наявність спільних цілей, інтересів, цінностей, динаміки та історії, спільної долі (Campbell, 1958), всього того, що можна назвати ідентичністю групи або за допомогою чого вона формується (3). Хоча величина групи та безпосередня взаємодія номінально є різними критеріями, але на практиці вони збігаються або певним чином корелюють. У малій групі наживо комунікують та спільно діють соціальні індивіди, і таку групу ще визначають як найближче соціальне середовище людини. Зі зростанням величини групи зменшується частка безпосередньої взаємодії всіх з усіма, у групі виокремлюються субгрупи, мінігрупи, підгрупи, і вже на цьому підґрунті з'являється міжгрупова взаємодія всередині великої спільності людей. У більших групах виникають структури, які координують взаємодію усіх членів групи та її менших за розміром підрозділів (Слюсаревський, Бублик та ін., 2018).

Типовими прикладами малої групи є сім'я, дружня група, товариська компанія; середньої – шкільний колектив, організація; великої – армія, нація. І ці всі групи є реальними, бо вони не просто реально існують, а взаємодіють як єдине ціле, як усередині груп, так і між собою. Члени групи виявляють спільну активність, діють, щоб досягти спільних цілей, орієнтуються на одні й ті самі цінності, мають динаміку групової взаємодії, розв'язують спільні проблеми, тобто вони функціонують як справжня соціальна система, а не як сукупність окремих індивідів, умовно зарахованих до групи. Щоб виконувати всі ці завдання, члени реальної групи мають взаємодіяти на певній території та в часі. Такі групи синхронно переживають події свого життя та перебувають у єдиному просторі взаємодії, тобто тут варто говорити про хронотоп існування членів реальних груп.

Умовні групи теж існують, але їх виокремлення просто відбувається за формальними критеріями, будь-якими, найчастіше – соціологічними; ознаки таких груп мають статистично виявлятися (стать, вік, інтроверти, цивільні – військові, поціновувачі антикваріату, перебували в зоні бойових дій – не перебували тощо). Члени таких груп стабільно протягом певного часу, безпосередньо між собою та на території, яку умовно можна визначити, як територія групи, не взаємодіють. Ситуативний характер спілкування членів такої

групи, а то й повна відсутність такого спілкування, а також відсутність спільного хронотопу життя групи, а відтак історії групи, не дають підстав говорити про спільну долю людей у таких групах. Однак умовні групи, наприклад, виокремлені за віком або ж за певним ставленням до тих чи інших подій у суспільстві, можуть відчувати колективні емоції, однаково сприймати соціальні явища та діяти згідно ситуації. Умовні групи можуть утворюватися миттєво. Так, у соціальних мережах люди негайно висловлюють своє ставлення до актуальних та гострих соціальних подій: до росіянина, який загинув через напад на нього акули в Червоному морі; до способів конкурентної взаємодії між політиками; до іміджу перших осіб держави на публічних фото; до фейкових проросійських наративів тощо. Отже, групи розрізняються як довготривалі та тимчасові.

Чи можуть малі групи також бути умовними? Важко навести приклад малої групи як умовної, тобто групи, в якій відсутня взаємодія, тому що умовне віднесення людини до групи передбачає узагальнення на основі певної ознаки, а таке узагальнення достеменно вже буде стосуватися більшої кількості людей, ніж 30-40 осіб, які становлять кількісне обмеження малої групи. Наприклад, поціновувачі якогось рідкісного виду дикої орхідеї можуть утворити умовну групу в кількості до 10 осіб, оскільки це обумовлено об'єктивно: така орхідея зустрічається вкрай рідко, а про її існування загалом знає невелика кількість людей. Однак, чи такій групі будуть притаманні якісь соціально-психологічні характеристики, щоб назвати її групою, чи будуть у цій групі виявлятися закономірності функціонування соціальних груп? Навряд чи. Тому про умовні малі групи говорити не варто (рис. 1).

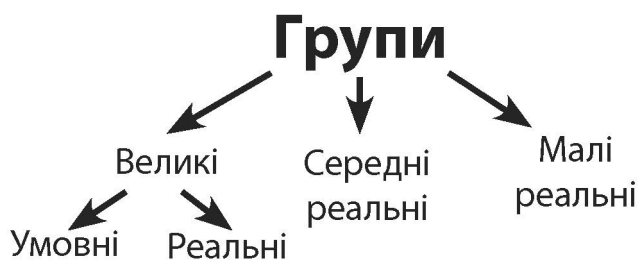


Рис. 1. Класифікація груп

Отже, в умовній групі відсутня внутрішня стабільна взаємодія між членами групи, але чи відсутня міжгрупова взаємодія між представниками умовних груп, наприклад, між соціальними індивідами різних вікових категорій, між внутрішньо переміщеними особами та місцевими, як умовними групами? Представники умовних груп є носіями ідентичності цих груп, тому, вступаючи у міжособову взаємодію, наприклад в установах соціального захисту або в закладах торгівлі, вони діють не самі по собі, як окремі особи, а як представники феномену «Ми» цих груп. Ця субреальність міжгрупової взаємодії, так би мовити, присутня в головах людей. Якщо б люди не відчували підтримки своєї позиції від умовної інгрупи, не уявляли собі цю підтримку в тих чи інших ситуаціях, то не відстоювали б свою позицію з таким завзяттям та упевненістю, не зверталися в публічних діалогах б до займенників «Ми» та «Вони».

Окрема ситуація міжгрупової взаємодії умовних груп – комунікація в соціальних мережах, коли одночасно висловлюють свою думку багато представників різних умовних груп. Тут зразу можна спостерігати ефекти колективної підтримки /непідтримки тих, хто вступає в комунікацію, а також феноменологію міжгрупової взаємодії: групового мислення, поляризації, фаворитизму та дискримінації, соціальних упереджень, стигматизації та булінгу. Отже, розглядаючи умовні групи, варто говорити про уявну міжгрупову взаємодію між її представниками. Звісно, тут група уявляється, обростає уявними образами.

Таким чином соціальний простір міжгрупової взаємодії є досить широким та охоплює різні ситуації. Це можуть бути реальні ситуації взаємодії реальних груп, і тут перетягування канату або інтелектуальні вікторини між учнівськими групами з рукопотисканнями, становлять наочні приклади цього простору, що містять і прямий фізичний контакт між членами груп. Взаємодія між реальними групами відбувається і через уявні ситуації, які зрештою можуть стати і реальними. Так, конкуренція за рейтинг навчальних досягнень академічних груп у закладі освіти вочевидь містить і уявні ймовірні ситуації, коли хтось з аутгрупи виглядає незадоволеним на тлі досягнень інгрупи та якимось чином на це реагує (людська фантазія може яскраво змалювати подальший розвиток такої взаємодії). Наставлення реальної групи щодо іншої групи впливає на ситуації взаємодії окремих представників цих груп, і такі реальні ситуації теж можна зарахувати до соціального простору міжгрупової взаємодії. Так, публічні дебати політичних лідерів, навіть без наочної підтримки своїх прихильників, як-то аудиторія телестудії або глядачі на стадіоні, також є виявом міжгрупової взаємодії, бо ці лідери спираються на групову ідентичність своїх прихильників, уявляють, а щоб сказав хтось із них у цій ситуації, погодився або не погодився з їхніми висловлюваннями.

Простір взаємодії представників умовних груп також складається з реальних і уявних ситуацій. Вияв соціальних стереотипів та упереджень, наприклад, місцевих мешканців стосовно тих, що «понаїхали», є такою реальною ситуацією. А от, коли йдеться про уявні ситуації міжгрупової взаємодії умовних груп, тут більшою мірою мається на увазі символічний простір взаємодії, на кшталт того «уявного діалогу», що міг би реально статися, але наразі не відбувся, між представниками російської та української культури у м. Тарту (Олена Гусейнова та Анна Грувер..., 2023). Цей діалог стосувався можливої їхньої участі в літературному фестивалі Prima Vista та загалом ролі російської культури в колоніальній політиці Росії. Надалі позиції запрошених на фестиваль поеток, двох українок та росіянки, були оприлюднені в медіа, а це викликало хвилю обговорень серед умовних груп: прихильників думки, що бувають «хороші росіяни», що вони теж страждають, з одного боку, та тих, хто вважає, що таких не буває, що весь російський народ відповідальний за російсько-українську війну, її причини та наслідки, з другого. Кожен із тих, хто висловився, мав уявний діалог з представниками умовної аутгрупи; грубо кажучи, українська та російська культури символічно взаємодіяли. Підсумовуючи: будь-які девіації від ідентичності «своїх», усілякі натяки українцям на колаборацію з росіянами,

навіть на символічно-культурному рівні, навіть начебто в умовах взаємодії, правила яких ти не встановлюєш, сприймаються українцями вкрай боляче.

Тут також варто згадати двозначну ініціативу в квітні 2022 року ватиканського духовенства, яке запропонувало представницям двох націй, української та російської, символічно нести хрест під час Хресної дороги у Страсну п'ятницю біля Колізею. Ця ситуація містить два моменти, які стосуються міжгрупової взаємодії: 1) пропозиція та публічне схвалення особами, референтними для великої кількості людей у світі, насамперед папою римським, «мирної» моделі взаємодії, на рівні соціальних груп, агресора та жертви; жертві пропонується вибачити ката, обійнятися та забути про всі його злодіяння; 2) активізація процесів взаємодії серед умовних груп, більш виразного зайняття позиції людьми в світі щодо російсько-української війни внаслідок дискусії щодо доречності такої ініціативи: що насправді відбувається, яка моя позиція, хто агресор, а хто жертва, кого я підтримую в цій війні? Відтак відбулося виокремлення не лише умовних груп унаслідок процесів поляризації позицій (за або проти спільного несіння хреста), а й активізація взаємодії умовних груп: з підтримки війни в Україні, зайняття нейтральної позиції щодо неї, її невідтримки та засудження. Отже, ця подія, яка могла б реально відбутися, але не відбулася, насправді обумовила виникнення як реальних, так і уявних ситуацій міжгрупової взаємодії умовних груп.

У контексті міжгрупової взаємодії варто розглядати також і процеси декомунізації в українському суспільстві, які пришвидшилися під впливом російсько-української війни. Серед наших громадян поглибилися процеси розмежування з росіянами, які наразі є носіями радянської ідентичності. Українці не лише відмовляються від родинних зв'язків з ними, але й свідомо переходять на спілкування українською мовою, дивляться українське кіно та читають книжки українських авторів, критично передивляються «світові здобутки» російської культури. Відбувається аналіз на предмет наявності в цій культурі імперської величі росіян, ксенофобського ставлення до представників інших культур, етносів, народів. І відмова від послугування російською культурою, навіть, якщо в ній відсутня традиційна зверхність росіян до «інших», до неросіян, є актами розмежування українців з росіянами у міжгруповій взаємодії. І в цьому аспекті вилучення з соціального простору взаємодії російської символіки, перейменування вулиць та установ, названих на честь російських культурних діячів, на такі, що стверджують українську ідентичність; відмова від символів СРСР, правонаступником якого вважає себе Росія; культурне, ментальне, психологічне дистанціювання українців від росіян також є просторами символічної, уявної міжгрупової взаємодії росіян та українців: маркування території, як своєї, та ідентифікація себе на цій території.

Найбільш складними є ситуації взаємодії малих груп усередині реальної великої. Так, велика реальна група, як-то українська нація, охоплює взаємодію одночасно між різними, меншими за розміром, реальними групами: територіальними громадами, громадськими організаціями, навчальними та виробничими колективами тощо, і взаємодія між ними може відбуватися безпосередньо, а може опосередковуватися різними координаційними

структурами: органами влади, управлінськими структурами. Взаємодія у великій реальній групі відбувається і на рівні умовних груп, і це насамперед стосується ідентифікаційних маркерів українців, як-то знання ними історії України («завжди цікавився – не знаю та знати не хочу»), ставлення до мобілізації військовозобов'язаних та захист Батьківщини («втекли – пішли служити»), ставлення до державної мови та ін.

Часом важко провести межу між реальними та умовними групами. Так, всі ті, хто виїхав за кордон, рятуючись від війни, а це в абсолютній більшості жінки з дітьми або люди похилого віку, не взаємодіють між собою в межах своєї великої групи, а лише ситуативно та локально. Вони не об'єднані процесами групової динаміки, серед них наявні люди з різними цілями перебування за кордоном тощо. Отже, це умовна група людей на основі такого критерію їх виокремлення: виїхали за межі території своєї великої групи, рятуючись від жахів війни.

Однак серед українських біженців на новому місці помешкання утворюються нові малі групи, бо часто незнайомі люди, проживаючи під одним дахом, безпосередньо комунікуючи один з одним, встановлюючи дружні зв'язки, розв'язуючи повсякденні побутові задачі на спільній території помешкання та протягом тривалого часу, а головне – переживаючи за долю українців на Батьківщині, стають членами реальних соціальних осередків взаємодії. Виходячи на вулиці європейських міст такими малими групами на акції протесту проти російського агресора та на підтримку «своїх», де б вони не знаходилися, члени цих груп знайомляться один з одним, координують свої дії, кооперуються організаційно з метою солідарного вияву своєї громадянської позиції, узгодженого розв'язання поточних проблем помешкання на чужині. Взаємопідтримка та згуртованість, спільні цілі діяльності, наявність спільної групової історії помешканні на новій для них території свідчать про формування великої реальної соціальної групи в певному регіоні чи країні. У цій групі водночас з інтеграцією відбуваються й процеси диференціації на більш малі групи, але вже виокремлені за умовною ознакою: мають намір повертатися назад після війни в Україну чи залишаються на чужині, всіляко підтримують українців на Батьківщині чи ні, виявляють ознаки громадянської ідентичності українців або не виявляють. І для всіх цих реальних та умовних соціальних груп можуть бути застосовані узагальнюючі процедури наукового дослідження, бо вони мають спільні цілі та однакові мотиви своєї соціальної активності, подібним чином взаємодіють, утворюють соціальну гармонію або напруженість у міжгруповій взаємодії, а, отже, демонструють тенденції або закономірності соціальної динаміки груп.

Види взаємодії між групами. Соціальні групи взаємодіють між собою, і види їхньої взаємодії можуть бути різними, як структурно, так і змістовно. Звісно, що найбільш яскраво взаємодія виявляється між малими групами. Спортивні змагання між учнівськими групами (бойскаутами, пластунами) є класичним прикладом міжгрупової конкуренції ще з часів емпіричних польових досліджень М. Шеріфа у державному парку «Печера розбійників» (США) між командами підлітків «Гримучих змій» та «Орлів» (Sherif, 1966). До речі, цей

перший дослідник феноменології міжгрупових конфліктів у дитинстві був свідком подій італо-турецької, Балканської, Першої світової війн та депортацій вірмен, Турецької війни за незалежність (Kaşaoğlu et al., 2014). Сам Шеріф вважав дивом те, що він вижив у тих страшних умовах свого дитинства. Також він спостерігав зростання нацизму в Німеччині під час свого стажування з психології в Берліні у 1932 році. Соціально-політичні події тих часів не просто вплинули на наукову творчість дослідника, а були особистісно значущими, сприяли тому, що соціальна психологія стала дійсно «реальною». Теорія М. Шеріфа та низка пов'язаних із цими дослідженнями інших концепцій, експериментів, моделей так і позначено: «реалістичні» (Sherif et al., 1988; Campbell, 1967). Численні в нас час перевидання та доповнення класичних досліджень М. Шеріфа Оклахомським інститутом групових відносин (Sherif and University..., 2021) свідчать про неабияку їхню суспільну затребуваність і популярність.

Окрім змагань і конкуренції групи також кооперуються під час взаємодії. Групи вирізняються одна від одної, тому відбувається обмін ресурсами між групами, яких не вистачає одній із них, а є у іншій. І тут кооперація може співіснувати з конкурентними відносинами між групами, але ця конкуренція, наприклад, буде стосуватися лише іміджу та престижу груп.

Існують ситуації, коли до кооперації групи примушує неможливість досягнення мети без взаємодії з іншою групою. Це або екстраординарні амбітні цілі, невиконання яких аж ніяк не загрожує існуванню груп, але досягнення яких є складним та вимагає багатьох матеріальних, інтелектуальних ресурсів (наприклад, наукові проекти), або ж загрожує існуванню, задоволенню потреб декількох груп та без допомоги одна одній ці потреби не задовільнити (наприклад, як доступ ворогуючих «Гримучих змій» та «Орлів» до питної води в таборі бойскаутів (Sherif, 1958), як розв'язання екологічних проблем Землі).

Наразі, відповідно до експертної оцінки (Paluck et al., 2021) більше 400 експериментальних розробок, представлених у світовій психології з 2007 по 2019 рік, саме дослідження, які базуються на кооперації, міжгруповому контакті вічна-віч, співпраці та міжособистісному спілкуванні, є «знаковими» в доланні міжгрупових упереджень. Так, саме змодельовані ситуації реальної взаємодії та відповідні поведінкові заходи, як то спільні тренування спортивних команд, які представляють різні касти (Lowe, 2020), інтеграція християнської та мусульманської футбольних ліг (Mousa, 2020), є ефективними інтервенціями з долання міжгрупової дискримінації. На противагу «легким» втручанням, або як зазначає Е. Л. Paluck (2021), «втручанням легкого дотику» (ментальним стратегіям, регулюванню емоцій, уявному контакту, тренінгам різноманітності тощо), саме дослідження, започатковані в парадигмі «реальної» міжгрупової взаємодії М. Шеріфа, показують відчутний позитивний вплив на її гармонізацію. Бо «легкі втручання» рідко змінюють структуру та особливості соціального середовища (Paluck et al., 2021, p. 550), такі як правила та норми взаємодії.

Якщо обмін між групами несправедливий, примусовий, якщо домінуюча група відверто експлуатує іншу групу, то виникають конфліктні міжгрупові відносини, надалі залежна група або асимілюється до домінуючої, зникає, або ж

конфронтує з доміантною, відстоює свою автономність. Однак, групи спочатку можуть і не конфліктувати, проте мати однакові, але взаємно протилежні цілі, наприклад, здобути спортивний кубок у змаганнях. Але ж цей кубок дістанеться лише одній групі та за рахунок іншої. Залежно від цілей груп (однакових/різних, сумісних/несумісних) та їхньої спрямованості можна говорити про «бухгалтерію» міжгрупової взаємодії: наприклад, подвійний виграш двох і більше груп, коли групи досягають спільних екстраординарних цілей (досягнення цілі двома і більше групами + досягнення цілі, яке неможливе самотужки однією групою); одинарний виграш груп у процесі взаємообміну ресурсами; конкурентні відносини груп, коли одна у вигрaші, а друга в програші, – це міжгрупові відносини з нульовою сумою цілей; доміантні та залежні стосунки груп – відносини знову з нульовою сумою, але одна з груп, звісно, доміантна, отримує подвійний виграш (досягнення цілі + досягнення цілі, яке неможливе однією групою самотужки), а інша, залежна, – нульовий результат, бо це не її цілі діяльності. Однак залежна група теж може мати певний виграш, бо зреалізувала свою, відмінну від доміантної групи, іншу ціль, наприклад, вижити та зберегти себе як групу, хоча й стигматизовану, позбавлену суб'єктності.

Окрім дружніх, близьких, справедливих або ворожих та несправедливих відносин між групами вони також можуть нейтральними та «холодними», хоча територіально й межувати одна з одною, але психологічно, юридично, соціально, культурно дистанціюватися та не взаємодіяти, посилювати щільність своїх групових кордонів, регулювати (не заохочувати, забороняти) перетин фізичних, культурних, ментальних кордонів членами інгрупи в напрямку аутгрупи. Отже, змістовно взаємодія між інгрупою та аутгрупою простягається від відносин поваги до зневаги, від кооперації та обміну до дистанціювання, надалі – до конфлікту, агресії та війни. Водночас конкуренція та змагання між групами незримо або відкрито завжди існують, інакше групи занепадуть, зникнуть, розчиняться серед інших груп. Ці види міжгрупової взаємодії можуть на практиці поєднуватися між собою, утворюючи різні за рівнем гнучкості/жорсткості моделі взаємодії. Одна група може гнучко балансувати в поєднанні конкурентних та коопераційних відносин з іншими групами, а інша буде жорстко дотримуватися моделі «домінування – підкорення – залежність», і буде це своє бачення взаємодії проєктивно приписувати іншим групам. «Якщо б ми на них не напали, то вони б, українці, на нас напали першими», – наразі стверджують росіяни, мотивуючи розпочату ними війну проти українців.

Саме в контексті міжгрупової взаємодії використовуються поняття інгрупи, тобто власної групи, до якої людина відчуває свою прихильність, та аутгрупи – інших груп (Sumner, 1906). Зазвичай, усе хороше, що трапляється в житті людей, вони приписують власній групі, старанням своїх одноклассників (інгруповий фаворитизм), а от усе погане – іншим (аутгрупова дискримінація) (Tajfel, 1970; Linville et al., 1986; Mummendey, & Otten, 1998). Порівнюючи групи, люди бачать позитивні відмінності у своїй групі, а негативні – в чужій. Шукають спільне серед своїх, а відмінне – щодо чужих; підтримують своїх, стороняться – чужих. Навіть в умовах мирного співіснування соціальних груп членам інгрупи

приписуються найкращі людські якості, а членам інших груп – дещо або набагато гірші, не так яскраво виражені, не такі людяні тощо. Це явище називають інфрагуманізацією або м'якою дегуманізацією (Haslam, & Loughnan, 2014).

Незважаючи на те, що соціальні індивіди зазвичай аутгрупу сприймають та оцінюють більш негативно, ніж інгрупу, а інгрупу, звісно, більш позитивно, однак не всі аутгрупи є ворожими стосовно інгрупи. Аутгрупа може бути мирною, дружньою, нейтральною щодо інгрупи, водночас вона є іншою, не «своєю». Феномен «аутгрупового фаворитизму» не є еквівалентом сприйняття аутгрупи, як дружньої. Він свідчить про негативну групову ідентичність особи (Слюсаревський, Бублик та ін., 2018). Сприйняття аутгруп кроскультурно вирізняється. Так, для росіян чужа група – це ворожа, а для українців – не обов'язково, ми більш диференційовано оцінюємо аутгрупи (Starodubskaya, 2023).

Структура міжгрупової взаємодії. У змагальних практиках на кшталт тих, що використовувалися в дослідженнях М. Шеріфа, наявні всі компоненти міжгрупової взаємодії: когнітивні, емоційні, поведінкові. Так, зазвичай члени команд ідентифікують себе як членів інгрупи або аутгрупи, вони згуртовані, мають норми, правила та санкції за їх порушення, а також реальні групи зазвичай територіально розділені, кожен член групи має рольовий статус, у кожній групі (своєї – чужої) є лідер, обидві мають свою групову символіку, можливо свій жаргон тощо. Тобто на рівні сприйняття та оцінок груп один одного існують внутрішні процеси та зовнішні маркери, які дозволяють розпізнати людині інших за принципом «свій – чужий».

Когнітивно людина виокремлює різні групи людей, відносить їх до різних категорій (Tajfel, 1959; Tajfel, 1971). Після такої соціальної категоризації, на основі порівнянь себе з представниками різних груп, пошуку відмінностей і подібностей між собою та іншими, людина зараховує себе до певної групи. Це наразі, якщо йдеться про великі та умовні групи. Якщо ж йдеться про малі групи, то людина знову ж таки ментально та емоційно шукає схожих на себе людей, намагається стати членом «своєї» групи, шукає прихильності цієї групи, а будучи зарахованою до неї усіляко намагається поділяти цінності, норми, цілі групи, виявляє єдність та солідарність з діями членів групи.

Якщо ж людина стає членом формальної групи, утвореної, наприклад, адміністративно, то з часом відбуваються її ідентифікація з членами цієї групи, які виконують певну спільну справу. В іншому випадку, без ідентифікації з групою, група маргіналізує цю людину, виштовхує цю «чорну вівцю» за межі групи, або ж людина сама приймає рішення покинути групу. Отже, спостерігаючи за іншими, вдивляючись в інших, людина знаходить «своїх», а, отже і ідентифікує сама себе: «Хто ж я є?». Порівняння себе лише з окремими особами, не дає повноти відповіді на це питання, бо йдеться про незліченну кількість індивідуальних особливостей людей. Лише класифікація соціальних індивідів на певні групи та зарахування себе до однієї з них є підґрунтям самовизначення людини, формування її ідентичності.

Межі інгрупи та аутгрупи, «демаркаційної лінії» між своїми та чужими встановлюються завдяки категоріальній диференціації (Слюсаревський, Бублик та ін., 2018), і тут категорії розрізнення груп та їхня «глибина-поверховість»

можуть бути абсолютно неочікуваними. Так, під час міжгрупових конфліктів, які переростають у неприховану, кричущу дискримінацію, «тонкі показники», такі як манера носіння сережок або сорочки, поясу, стають тригерами агресії проти «чужих» (Volkan, 2021).

Усвідомлюючи себе членом певної групи, людина усвідомлює і протяжність власного життя в часі соціальної групи: ким Я, тобто Ми, колись були, яка «наша історія»; які здобутки та втрати групи, ким Я, тобто Ми, є; чим Я, тобто Ми, вирізняємося серед інших груп; яке Моє, Наше, місце серед інших груп людей; що Я, тобто Ми, робимо; куди Я, разом із Ми, прямуємо? Яка Моя / Наша доля? Становлення ідентичності особистості – це соціальний процес, який здійснюється за допомогою мисленневих операцій узагальнення та абстрагування. Рефлексія приналежності до соціальної групи, знання її історії, прийняття відповідальності за цінності, вчинки групи, до якої належить людина, завершує цей процес. Отже, соціальні категоризації та ідентифікації, як окремі індивідуальні когнітивні процеси, є психологічними знаряддями побудови ідентичності. Зазвичай ці три послідовності дій, соціальна категоризація, групова ідентифікація та усвідомлення ідентичності (Tajfel, 1959; Tajfel, et al., 1971), і становлять окремий ланцюжок механізмів міжгрупової взаємодії, бо залежно від ідентифікації власної групової приналежності людини вибудовується взаємодія між представниками соціальних груп. Ці механізми є центральними серед інших (Grigoryan et al., 2022), бо всі інші, перцептивні, емоційні, оцінні, поведінкові, визначаються саме цими ідентифікаційними. *Як члени групи визначають себе, а це можливо лише через порівняння з іншими групами, таким чином вони і взаємодіють.*

Варто зазначити, що ідентифікаційні процеси не є лінійними. Людина може змінити свою ідентичність, відмовитися від неї або зміцнити її, звужити або розширити свою приналежність до певних категорій груп, адже людина не є членом однієї групи, може переходити з однієї групи в іншу. Самі ж групи можуть розпадатися на менші, зникати, об'єднуватися з іншими або відмежовуватися від них, встановлювати дружні або ворожі міжгрупові відносини.

Зазвичай соціальна категоризація призводить до стереотипізації представників соціальних груп. Декатегоризація, тобто свідоме відмова від сприймання іншої людини лише як члена певної групи, натомість взаємодія з нею, як з унікальною особистістю, дозволяє в процесах міжгрупової взаємодії позбутися стереотипів та упереджень. Тут насамперед йдеться про сприйняття іншої людини. Водночас декатегоризація може стосуватися й самосприйняття, як людини з індивідуальними особливостями, власною думкою, відмінною від групової, нонконформіста.

Рекатегоризація означає переозначення себе як представника групи. Так, наприклад, у свій час громадяни колишнього Радянського Союзу, після його розпаду, стали громадянами інших держав, а значить й інших великих соціальних груп. Хоча населення новоутворених держав і начебто і стало новими групами, але водночас це ж були і «дочірні» групи радянського народу. Особливості націотворення на територіях цих нових держав свідчить, що

процеси рекатегоризації відбувалися абсолютно по-різному, з різною швидкістю та з різними дискурсами. Ідентифікаційні процеси ще й донедавна, більше, ніж 30 років після розпаду СРСР, не були завершені на українських територіях. Російсько-українська війна інтенсифікувала ці процеси, і одна з причин тому, серед усього іншого, полягає в тому, що самовизначення в складних соціальних ситуаціях позбавляє людину виснажливих роздумів та вагань, як правильно діяти, полегшує планування повсякденного життя та укріплює віру в майбутнє.

Хоча формально Україна в 1991 році вийшла зі складу Союзу та де-юре стала незалежною, однак ще довгий час певна частина населення України, хоча й означала себе як громадян незалежної демократичної України, але мислила, діяла, відчувала себе як «радянська людина», за що й була зневажливо ідентифікована як умовна група «совок». Інша умовна група відверто ностальгувала за величним СРСР, поєднуючи це з декларативним віднесенням себе до українського народу, а ще інша група – прямо бажала повернення в «братню колиску» народів СРСР. Так, навіть станом на початок 2022 року, як раз перед початком повномасштабного вторгнення росіян в Україну, 16% населення України вважало, що незалежність не принесла їм нічого доброго; 24%, – що націоналізм є найнебезпечнішим ворогом народу України; 25,1% – що українсько-російську двомовність населення треба закріпити в Конституції; 28,6% – що не слід продовжувати декомунізацію, а 9,5% бажало відновлення СРСР, хоча 65,1% з цим не погоджувалося (Імшенецька та ін., 2022). Однак уже в 2023 році серед українців тих, хто вважав, що незалежність України не принесла нічого доброго (5,3%), що націоналізм є найнебезпечнішим ворогом (14,6%), що двомовність треба закріпити законодавчо (10,5%), що не слід продовжувати декомунізацію (14,4%), різко поменшало. Тепер уже 73,5% не погоджується з тим, що треба відновити союз братніх республік (Інститут..., 2023). І хоча війна примусила громадян більш чітко визначитися зі своєю громадянською належністю, і за останніми даними соціологічних опитувань 94% ідентифікує себе як громадян України (Комплексне дослідження..., 2023), але знадобився значний проміжок часу з дати проголошення незалежності України, значні соціальні потрясіння та війна, щоб відбулися усвідомлювані процеси групової рекатегоризації серед населення України. На цьому тлі естонці, латиші та литовці виглядають більш свідомими, ніж українці, у них процеси групоутворення як єдиної нації відбувалися швидше, з опорою на історичну пам'ять та чітким відмежуванням від російської ідентичності.

Різновидом категоризації є також кроскатегоризація, коли члени різних груп визначають себе не лише представниками цих груп, а й більшої, до складу якої вони належать. Так, наприклад, студенти академічних груп одночасно ідентифікують себе представниками цих груп та в цілому навчального закладу (Коробанова, 2022). Відносини між студентськими групами можуть бути як дружніми, так і недружніми, конкурентними за вище місце в рейтингу навчальних досягнень або ж перебувати в стані кооперації, однак, коли молода людина знайомиться з кимось, то вона насамперед заявляє про себе, як студента закладу вищої освіти, а вже потім розповідає, у якій групі навчається. Рейтинг

закладів вищої освіти, в якому навчається студент, суттєво впливає на його самооцінку та ідентичність.

Кроскатегоризація може також розглядатися як різновид рекатегоризації, коли члени різних груп у процесі встановлення дружніх стосунків з іншими групами, особливо з тими, з ким ворогували або знаходилися в прохолодних відносинах, усвідомлюють себе членами великої спільної групи. Тобто інгрупове настановлення «Ми проти них» змінюється на «Ми всі під великою спільною парасолькою». Значущість кроскатегоризації зростає у контексті усвідомлення людством екологічних загроз та формування екологічної поведінки.

Наведені вище ідентифікаційні процеси, різні види категоризацій становлять механізми зарахування соціальним індивідом себе до групи, а водночас на цій основі і будується міжгрупова взаємодія. І сам досвід позитивної міжгрупової взаємодії укріплює ідентичність групи, особливо травмованої. Так, у повоєнний період міжгрупова взаємодія сприяє зміцненню групових норм, увиразнює причини війни, чітко ідентифікує ворога та його мотиви. Тому група, яка зазнала воєнної агресії, може посилити групові настановлення не прощати групу-агресора (Li et al., 2016).

В умовах російсько-української війни в соціальному просторі взаємодії на українських територіях посилюються процеси соціальної категоризації, відбувається різке розмежування на умовні групи носіїв української та російської ідентичностей. Серед українців, як громадян України, зникає «нульова ідентичність», коли на вибори не ходжу, в політиці не розбираюся, податки державі не сплачую, від військомата тікаю. Відсутність громадянської, національно-територіальної ідентичності українців може бути прирівняна до позиції росіян, які поза політикою та в яких «не все так однозначно».

На противагу індивідуальній під час війни посилюється групова ідентичність (Castano et al., 2008). А високоідентифіковані групи більш патріотичні та водночас більш упереджені (Jeong, et al., 2016). Тобто група стає більш вимогливою щодо дотримання групових норм. Зростає згуртованість, а значить і конформізм. Девіації групової поведінки сприймаються вкрай чутливо. І тут цінності групи відіграють регулятивну роль в етичній поведінці її членів.

Окрім мисленнєвих складових серед когнітивних також можна виокремити є процеси соціальної перцепції: сприйняття та оцінки групами один одного. І тут йдеться насамперед про оціночну вищість груп, сприйняту вищість, привабливість іміджу групи тощо.

Також міжгрупова взаємодія, окрім когнітивних, містить і емоційні компоненти. Члени групи виявляють яскраві колективні емоції, що супроводжують процеси сприйняття інгрупи та аутгрупи. Гордість – найбільш прийнятна для інгрупи групова емоція, і, навпаки, сором – неприйнятна та від якої хочеться якнайшвидше позбавитися (а найшвидший та найдешевший спосіб – за рахунок аутгрупи). Щодо аутгрупи, то тут діапазон почуттів йде від іронічних жартів та презирливих прізвисьок до знецінення, зневаги та ненависті. У міжгруповій конфліктній взаємодії та під час війни, присутня групова тривожність, що є предиктором подальших відносин груп (Stathi et al., 2017). Групова тривога є провісником групових загроз, а вони є реальними (війна,

конфлікти тощо) та символічними (загрози ідентичності, статусу, престижу, цінностям, нормам, однорідності груп тощо), уявними та об'єктивно передбачуваними (Stephan, & Stephan, 2000). Компенсації групами символічних загроз, особливо загроз ідентичності та груповим нормам можуть бути надзвичайно категоричними, жорсткими та дискримінативними, і вони стосуються як своїх членів групи, так і чужих. Остракізм, маргіналізація, ксенофобія, тероризм є такими компенсаціями.

Поведінкові компоненти взаємодії власне і є взаємодією, і тут йдеться про її спрямованість на кооперацію чи конфронтацію в усіх її різновидах, контакти чи їх відсутність між членами груп. Взаємодія описується стратегіями та сценаріями, розвитком чи регресією.

У спрощеному вигляді складові міжгрупової взаємодії можуть бути представлені в її типовій структурі, яка щонайменше містить групові очікування та уявлення щодо інших груп (референтних, територіально близьких чи далеких, історично дружніх чи ворожих, нейтральних тощо) та власні очікування щодо характеру ставлення до себе зі сторони аутгруп (рис. 2).

У цьому ідентифікаційному полі соціальних груп й будуються міжгрупові відносини. Відповідно до власних уявлень членів групи про себе, про історію групи та її домагань, а також уявлень про іншу групу (а відповідно й групових очікувань до неї) і формуються аутгрупові настановлення (по суті очікування). Уявлення про іншу групу можуть бути вірними чи хибними, викривленими, понівеченими психологічними груповими захистами. Ці настановлення-очікування соціальних груп одна відносно іншої визначають характер міжгрупових відносин, вони становлять **структурно-регулятивні механізми взаємодії**.

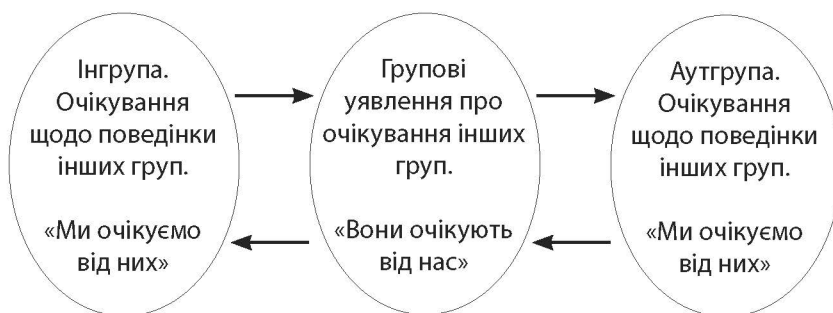


Рис. 2. Взаємодія інгрупових та аутгрупових очікувань

Зупинимося більш детально на структурі міжгрупової взаємодії та її компонентах. Групова ідентичність насамперед спирається на образ інгрупи (по суті, Я-образ групи), тобто на уявлення про «Ми», та на історію групи. Ці процеси супроводжують певні емоції, як маркери позитивної або негативної групової ідентичності. Група на основі уявлень про «Ми», історії власних досягнень та досвіду колективних переживань формує групові домагання щодо своєї позиції (місця, статусу) в просторі міжгрупової взаємодії. Внутрішня взаємодія груп описується цінностями, нормами та правилами, вона має групову динаміку та рольовий баланс. Цей перелік компонентів у цілому описує групову ідентичність, як переживання та усвідомлення своєї приналежності до

групи та оцінку групи. Однак ідентичність є суто соціально-психологічним феноменом, і це усвідомлення формується, як уже було зазначено, лише шляхом порівняння своєї групи з іншими, вибору серед груп своєї (1) та як прийняття історії групи, як спадкоємність групової пам'яті, відповідальність за минуле, розуміння теперішнього та визначеності майбутнього (2). Носіями групової ідентичності є її члени, а от ідентичність групи описує феномен «Ми», коли група виступає як суб'єкт взаємодії, діє як високозгуртована спільність.

Групові очікування є узагальненим виявом внутрішньогрупових процесів, вони структурно завершують інтегрування компонентів групової ідентичності. Зазвичай, очікування групи щодо поведінки іншої групи стосовно власної відображають власні групові настановлення стосовно інших груп. Якщо група реально відображає соціальний простір взаємодії, то вона розуміє вислів: «що посієш, то і пожнеш». Ми діємо певним чином щодо них, і варто очікувати зворотного ставлення/дії їх щодо нас. Проте, якщо сприйняття порушене дезадаптивними механізмами, то насправді існують розбіжності між очікуваннями груп у процесах взаємодії, а також між діями, що відображають інгрупові настановлення щодо аутгрупи, та очікуваннями дій аутгрупи у відповідь. Росіяни очікували, що українці будуть їх зустрічати з квітами та не будуть чинити супротив їхньому воєнному вторгненню в Україну, хоча репрезентативні опитування думки українців завжди були у відкритому доступі (Слюсаревський, 2019; Імшенецька та ін., 2022). Росіяни абсолютно не очікували, що їхнє воєнне вторгнення на чужу територію, бомбардування, розстріли мирних людей, тобто їхні деструктивні дії, викличуть неприйняття, гнів, ненависть до них українців. Бо модель соціальної взаємодії, поширена серед росіян, коли жертва терпить насилля агресора, аж ніяк не передбачала гідної відсічі та покарання агресора. Водночас українці абсолютно не очікували геноциду та тортур від росіян, бо у власних настановленнях щодо інших груп демонструють мирні наміри та гуманні способи взаємодії. Також до цього чинника додалося прорадянське міфологічне трактування українцями історії відносин між росіянами та українцями, як братніми народами.

Варто зазначити, що існують й інші ймовірні моделі взаємодії, коли одна група, знаючи очікування аутгрупи, свідомо планує у взаємодії ввести її в оману, щоб досягти певних своїх корисних цілей. Проте, коли йдеться про великі соціальні групи та масові процеси, то це зробити досить важко. Без відповідної ідеології та пропаганди, спрямованої на інгрупу, тут не обійтись.

Міжгрупова взаємодія – це також і про взаємодію між субгрупами серед «своїх». Групові очікування, а тим більше серед «своїх», часто базуються на усталених, звичних, давніших стереотипах щодо інших субгруп, а часто ці стереотипи відображають негативні соціальні явища, і хоча учасники взаємодії і проти корупції, кумівства, порушення законів, несправедливості, насправді їхні песимістичні або нереалістично високі очікування і призводять до відтворення таких моделей взаємодії, що підтримують такі явища. Так, наприклад, виборці, наслуховавшись солодких обіцянок політиків, які відтворюють їхні ж нереалістичні очікування, та на практиці переконавшись, що не все так швидко здійснюється, в котрий раз утверджуються в своїх негативних переконаннях і

підтримують у повсякденних практиках взаємодії поведінкові настановлення на порушення соціальних норм і правил: «Усе рівно нічого не змінюється», «нічого не вийде», «було так і буде», «їм можна, значить і нам». Усі ці соціальні настановлення відтворюють групові очікування українців. Таким чином міжгрупова взаємодія неначе підтримує «реальність, яка самоздійснюється», учасники взаємодії дотримуються усталених, звичних стереотипів, виправдовуючи їхнє існування. Лише реалістичні очікування соціальних груп, а також дотримання у власній поведінці моделей етичної взаємодії, які ними ж і декларуються, призведуть до позитивних соціальних змін.

Ті чи інші групові очікування обумовлюють стратегії та сценарії міжгрупової взаємодії. Якщо міжгрупові очікування узгоджуються між собою, не викривлені дезадаптивними психологічними захистами, то й група буде вдаватися до раціональних та усвідомлених стратегій взаємодії, як певної послідовності дій щодо іншої групи, що охоплюватиме аналіз та прогнозування взаємодії, постановку її реалістичних цілей, гнучке балансування між кооперацією та конкуренцією. Натомість суперечливий характер міжгрупових очікувань, хибне сприйняття інгрупою аутгрупи, міфологічний образ інгрупи призводить до реалізації у міжгруповій взаємодії емоційних, підсвідомих, стереотипно-упереджених сценаріїв. Таке розмежування стратегій та сценаріїв досить умовне, бо на практиці лідери груп можуть формувати далекоглядні стратегії, однак у їхній реалізації, в процесах міжгрупової взаємодії, підключатиметься емоційний компонент, пригноблені колективні почуття членів груп, і взаємодія лише підніматиме з глибин групове несвідоме (Горностай та ін., 2018) автоматизовані сценарії, часто підкріплені груповим егоїзмом. У виокремлених дослідниками етапах «злісної пропаганди» можна чітко побачити один із сценаріїв міжгрупової взаємодії: від навмисної віктимізації інгрупи та розпалювання емоцій серед «своїх», надалі через обрання нарцисичного лідера та одержимість психологічними/ фізичними кордонами інгрупи до дегуманізації аутгрупи, як ворога, та мстивих дій (Volkan, Javakhishvili, 2022).

До вже виокремлених у психології стратегій міжгрупової взаємодії віднесемо різні колективні компенсації групами свого низького статусу або ж зміни цього статусу. Серед цих стратегій є як маніпулятивні, так і прямі: порівняння з такими ж низькостатусними групами, протистояння з домінантною групою; стратегії соціальної мобільності та соціальної креативності (Козлова, 2017; Слюсаревський, Бублик та ін., 2018; Кухарук, 2021); ризиковані стратегії соціальних змін залежних/ стигматизованих груп або ж стабільні тактики їхнього виживання (Hogg, & Gaffney, 2018). Статусні групи зазвичай використовують стратегії підтримки власного статусу (Кухарук, 2021).

Також можливо розглядати групові стратегії, як підвид колективних, наприклад стратегій адаптації спільноти до суспільних змін унаслідок воєнного конфлікту (Коробка, 2019), серед яких виокремлюється рутинне та проактивне застосування стратегій.

Оскільки взаємні групові очікування базуються на образах груп, їхніх цінностях, домаганнях тощо, оскільки моделі взаємодії між соціальними індивідами базуються саме на стосунках у найближчому соціальному

середовищі (сім'ї, навчальній групі тощо), а надалі переносяться на відносини поза цими інгрупами, оскільки існує соціальна перцепція у міжгруповій взаємодії, то внутрішня структура інгрупи неначе подвоюється у її зовнішньому полі взаємодії. Конкуренція між групами, їхнє змагання за виразну помітність серед інших груп теж є чинниками такої побудови «вітрини» групи для інших. Природним є бажання членів групи якнайкраще представити свою групу, бо це додає балів їхній самооцінці. Однак імідж групи може формуватися і спеціально, щоб привабити до неї інших членів та група зростала.

Якщо в історії групи недостатньо фактів для того, щоб пишатися групою, щоб сформувати групову ідентичність, то до неї додаються міфи. Історія СРСР, і надалі – Росії, переповнена міфами. Привласнення історії та досягнень інших народів – типовий спосіб нарцисично налаштованих націй. Так, французьку королеву Анну, доньку Ярослава Мудрого, росіяни вважають «свою», а себе – нащадками київських князів епохи Руської землі.

Залежно від переважаючих колективних емоцій у групі у міжгруповій взаємодії переважають адаптивні або дезадаптивні групові захисні механізми, які надалі можуть переростати в конструктивну або деструктивну взаємодію (Горностай, 2019). Коли група долає колективну травму, то особливо яскраво видно характер групових захистів. На противагу дезадаптивним груповим захисним механізмам група шляхом декларування своїх групових цінностей (свободи, автономії, демократії, відкритості/закритості щодо інших груп та ін.), їхнього відстоювання (Syfers, Rast & Gaffney 2021), захисту своєї ідентичності, мови та території вибудовує чесну та етичну взаємодію з іншими групами.

Малі групи, особливо ті, які перебувають на полі бою, групи комбатантів, ухвалюють більш поляризовані, екстремальні рішення, як позитивні, так і негативні (Castano, 2008), ніж це було б у мирному житті. Прийняття складних рішень спирається на групові норми, і часом це пов'язано з жорстким моральним вибором (Bloom et al., 2020). Водночас відбувається послаблення групових бар'єрів щодо вияву агресії (Spini et al., 2008), бо по суті війна – це є легітимізація насильства, проти ворога, але насильства. Проте, коли це насилля перетинає певну допустиму межу, то зазвичай у групі активізуються «гуманітарні норми», що дозволяє зберегти матеріальну та символічну цілісність групи в цих складних умовах (там само). Етика та моральні цінності є запобіжниками такому перетину групових допустимих меж у вияві агресії. Українці виявляють практики стійкості, що долають ризики виникнення хронічного насильства під час війни: волонтерство, критичний підхід до історії відносин з загарбником, діалог (Korostelina, 2020). Водночас під час війни мають місце і практики тривілізації насильства (Bloom et al., 2020). Цінності та норми інгрупової взаємодії росіян, посилені схваленням групою насильства та просто членством у групі-агресорі, легітимізують неетичну поведінку проти українців.

Захищаючись від агресора, мирна група виявляє поляризоване, «чорно-біле» мислення, яке допомагає швидко ідентифікувати ворога або ж ворожі провокативні наративи, які намагаються легітимізувати насильство зі сторони групи-агресора, розмити межі між справедливою та загарбницькою війною. Так, група-агресор усіляко намагається публічно ідентифікувати бойові дії групи, на

яку вона ж і напала, як злочин (Castano, 2008). Таким чином розмиваються моральні межі між діями мирної групи та групи-нападника, між воєнними діями з визволення рідної землі, «своєї території», та воєнними злочинами.

Війна загострює смисли життя людини. Війна поляризує сприйняття світу, різко поділяє людей на своїх і чужих. Нейтральних позицій не існує. Кожен має визначитися, на якому він боці: захисників чи агресора, добра чи зла. До ворогів – абсолютний вияв гніву, до своїх – доброта, пошана, захоплення і водночас вимогливість. Українці намалювали собі ідеальний образ самих себе. І ці «ідеально-стереотипні» уявлення про умовні субгрупи, тих, хто рятувався з окупованих територій, а хто залишився на малій батьківщині, хто виїхав за кордон, а хто не покинув Україну, хто став військовим, а хто залишився цивільним, визначають реальну взаємодію між українцями під час війни.

Під час війни групи можуть виявляти більш примітивні захисні механізми, ніж у мирному житті (агресія та її заміщення, регресія, раціоналізація тощо), бо чим більш тривожна група, тим більш примітивні її фантазії та механізми (Bion, 1961). Під впливом війни відбувається зсув групових норм у бік виправдання насильства щодо інших груп. І це стосується насамперед групи-агресора. А як же їй пояснити війну, хоча б самій собі? Але і мирна група у відповідь, проти групи-нападниці та асоційованих з нею субгруп, а тим більше тих, які перебувають на території постраждалої групи (проросійських політичних партій, російських релігійних організацій) змінює свої норми взаємодії на більш жорсткі, і таким чином посилюється вияв насильства. Отже, на тлі зростання згуртованості українців, вони конфронтують з тими, хто порушує групові цінності та норми, насамперед проти колаборантів, носіїв ідей «руського міру», прихильників дружби зі «старшим братом». Але групові санкції, як то моральне розмежування та виключення, публічний осуд та булінг можуть стосуватися і своїх, які яскраво не демонструють прогрупової поведінки, не працюють на перемогу або в окремих випадках навіть мінімально порушили групові норми, не зробили все можливе та неможливе на користь групи. Знаючи про таке ущільнення групових норм серед українців, росіяни, намагаючись їх роз'єднати та посварити, поширюють в інформаційному просторі наративи про вину самих українців у тому, що розпочалася війна. А часом українці масово будуть вдаватися до самозвинувачень, а там до самосудів і хаосу недалеко. Підсумовуючи: посилення групових норм взаємодії, застосування більш жорстких санкцій проти їх порушників, а також тих, хто не підтримує цінності групи, є питанням виживання мирної групи, питанням життя або смерті. Водночас етика групи є важелем протидії легітимізації насильства та більш жорсткому застосуванню норм групи.

Надзвичайну роль у взаємодії відіграють соціальні репрезентації групи (тобто, виходячи з теорії цих процесів (Жовтянська, 2020), соціальні уявлення про групу, а також її символічне позиціонування в просторі взаємодії). Яскрава помітність групи приваблює нових членів, сприяє просуванню членами групи оціночної відмінності власної групи серед інших груп і таким чином підвищує самооцінку члена групи. Побіжно зростає обмін між групами, а також конкуренція. Виразна помітність соціальної групи може розглядатися і як загроза

ідентичності іншій, її величі, і тоді групові ревності цієї іншої групи примушують її вдаватися до деструктивних сценаріїв взаємодії.

Соціальна група є ідеальним місцем, де збалансовано реалізується потреба соціального індивіда бути схожим на інших та вирізнитися серед інших. Чим більшою є група, тим меншою мірою реалізується потреба виявляти свою індивідуальну неповторність, самореалізуватися та бути помітним у групі (Hogg, & Gaffney, 2018). Прагнення росіян безмірно розширяться (згадаймо безмежний «руський мір» аж до об'єднання всіх «руськоговорящих» у всьому світі), підкоряти інші групи та ще й штучно робити своїх членів схожими один на одного, підозріло-агресивне ставлення до інакшості серед своїх аж ніяк не сприяє розвитку людських стосунків серед своїх. Тут питання величі групи хибно розуміється як збільшення величини групи, а її самооцінка зростає не за рахунок досягнень її членів, а шляхом завоювання територій інших груп, їхньої примусової асиміляції до своєї.

Отже, внутрішня структура взаємодії в групі (образ групи, групові емоції, домагання та настановлення) в процесі міжгрупової взаємодії переноситься в зовнішнє поле взаємодії, і таким чином структура наче подвоюється у відносно еквівалентних, відносно рівноцінних феноменах і процесах: імідж, міф, групові захисні механізми, соціальні репрезентації, очікування (рис. 3). Однак, ця зовнішня структура може бути «прикрашена», покращена для зовнішньої оцінки та споглядання, як для «покупця», нібито це ринок групових ідентичностей. Зовнішня структура взаємодії неначе врівноважує внутрішню структуру. **Означимо таку модель як модель врівноваження цінності внутрішньогрупової і зовнішньогрупової взаємодії.** Якщо членів групи не задовольняє якість взаємодії всередині групи, то ця якість компенсується міжгруповою.

Як уже було попередньо зазначено, в міжгруповій взаємодії завжди, хоча б мінімально, присутні ефекти інгрупового фаворитизму та міжгрупової дискримінації, однак, якщо в групах наявний здоровий соціально-психологічний клімат, група розв'язує завдання своєї спільної діяльності, то ці мінімальні дискримінаційні викривлення не будуть призводити до появи негативних соціальних явищ у взаємодії.

У «здорових» групах її члени знають історію групи та її відносин з іншими групами. Індивідуальні історії членів групи не суперечать одна одній, збігаються з загальноприйнятою історією групи, і ці історії зберігаються в колективній пам'яті групи. Колективна пам'ять містить згадки як про досягнення групи, так і про її провини. Невизнання, забування провин членами групи та відсутність колективних актів компенсації цих провин свідчить про цінності групи, відсутність етичних норми взаємодії групи.

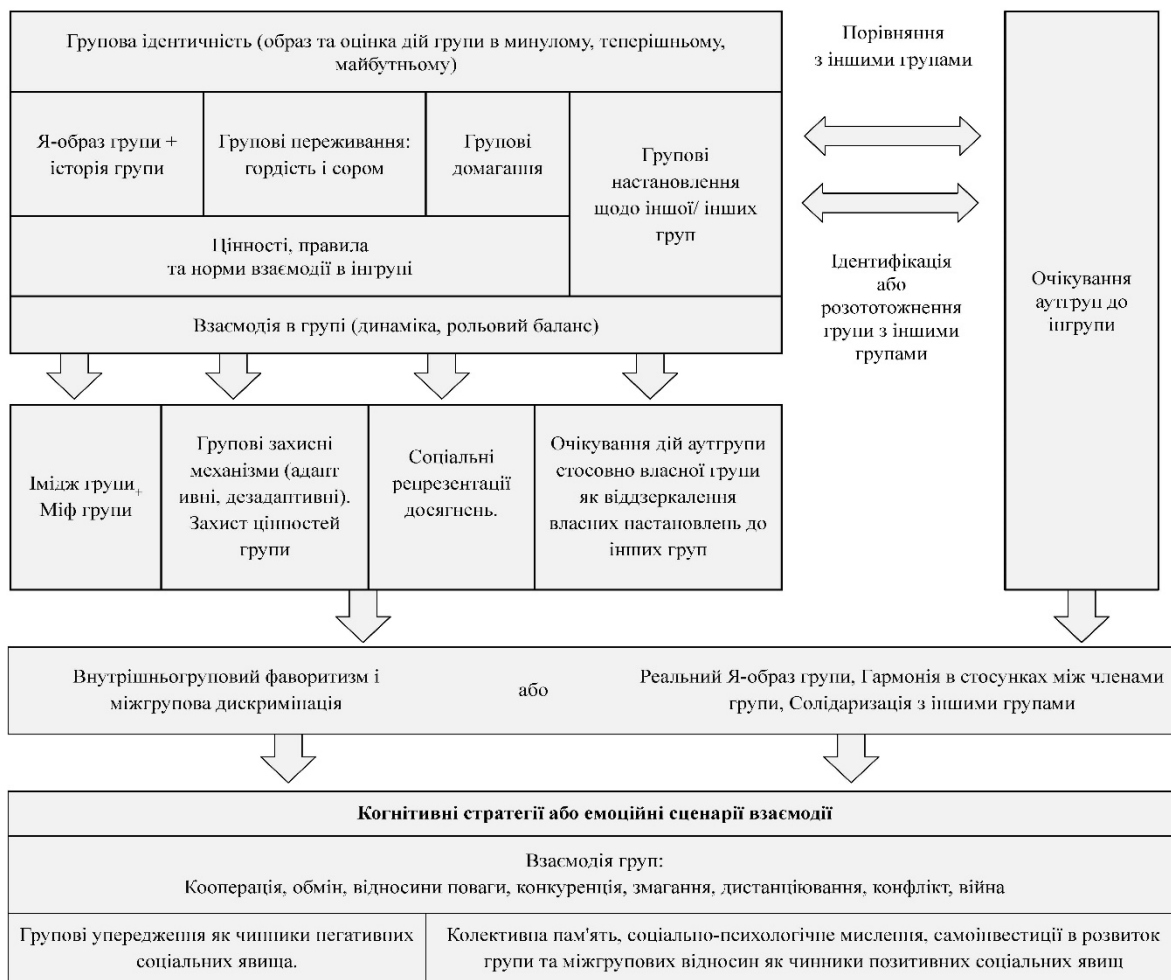


Рис. 3. Структура міжгрупової взаємодії

У цьому контексті варто згадати працю Карла Ясперса «Питання про провину» (1946), в якій він, як німець, уже через рік після закінчення II світової війни, визнає колективну провину своїх співгромадян у воєнних злочинах (Jaspers, 1947). І хоча процес визнання провин усією німецькою нацією, як великою соціальною групою, ще відбувався протягом багатьох десятиліть після виходу цієї праці, проте своїм учинком «білої ворони» Ясперс започаткував цей складний процес. Інший автор, який також уже в 1946 році зробив свій внесок у розбудову демократичних процесів у повоєнному світі, був W. Reich (1946). Хоча він одразу після приходу нацистів до влади покинув Німеччину, але саме його трактування фашизму, як деструктивно-компенсаторного процесів у соціальній взаємодії, задовго до того, як була розкрита справжня природа націонал-соціалізму (Woltmann, 1947), уявляється символічним виявом його особистої відповідальності за подальшу долю колишніх співвітчизників.

К. Ясперс одразу, після публікації своєї праці, зазнав протестів від співгромадян, бойкотування своєї особи та звинувачень у зраді (Пикало, 2020). І сама праця, і факт її публікації та сприйняття в німецькому суспільстві не лише чудово ілюструють важкий процес усвідомлення відповідальності та провини в

міжгруповій взаємодії, але й показує залежність міжгрупової взаємодії від інгрупової, від морального клімату всередині груп. Німці переважно вважали повоєнну актуалізацію своєї національної відповідальності помстою, специфічним видом знуцання переможців над переможеними. Пасивний груповий супротив супроводжував процеси денацифікації. Ідеї каяття, смиренності та відповідальності за скоєне зустрічали нерозуміння як серед широкого загалу тогочасного німецького суспільства, так і навіть серед академічної спільноти (Пикало, 2020, с. 28). Австрієць єврейського походження Віктор Франкл наводить фрази тих, хто залишився на свободі та не постраждав від нацизму під час II світової війни і які чули від них колишні в'язні концтаборів: «Ми нічого про це не знали», «Ми також страждали» (Франкл, 2018). Чи не нагадує все це сьогоденні раціоналізації «хороших руських» під час російсько-української війни: «Ми теж страждаємо»?

У випадку складних соціальних ситуацій, екологічних катастроф та війн великі соціальні групи, між якими до цього існували збалансовані, мирні відносини, групова ідентичність яких не була компенсована міфами, а сприйняття інших груп не було викривлено деструктивними настановленнями, солідаризуються та спільно протистоять стихійним лихам або агресії зі сторони інших груп. Загалом міжгрупова взаємодія будується в діапазоні від групової упередженості щодо іншої групи до використання мислення в осягненні реальності взаємодії (тут мається на увазі соціально-психологічне мислення в його протонаукових формах, яке не спирається на міфологію та містику, Слюсаревський, Жовтянська та ін., 2018).

Отже, гармонійна міжгрупова взаємодія базується на здоровій ідентичності соціальних груп, а вона передбачає усвідомлення групового минулого, публічну оцінку дій групи щодо інших груп, прийняття відповідальності за свої вчинки, збереження в колективній пам'яті значущих та спільно пережитих подій, які становлять спільну долю членів групи. Гармонійна взаємодія також передбачає її осмислення, як постановку цілей і завдань групи з урахуванням цілей і завдань інших соціальних груп, прогнозування результатів взаємодії. Розвиток групи та міжгрупової взаємодії неможливий без внесків членів у цей процес, без самоінвестицій (Leach et al., 2008). Натомість, як влучно зауважують психоаналітики, росіяни інвестують в кладовища (Volkan, Javakhishvili, 2022). *Чим більш реальними є образ інгрупи та її групові домагання, тим більш гармонійною є міжгрупова взаємодія.*

Підсумовуючи, зазначимо, що в міжгруповій взаємодії задіяна велика кількість соціально-психологічних процесів. Послугуючись термінологією Е. Берна (Berne, 1964), можна сказати, що це є **складна система транзакцій**. Ці процеси і забезпечують, як це тавтологічно не звучало, взаємодію компонентів взаємодії, становлять механізми взаємодії. Отже, **міжгрупова взаємодія є взаємно обумовленими діями інгрупи та аутгруп, а більш широко – впливами соціальних груп одна на одну в динаміці їхніх відносин**. Як і будь-яка взаємодія, міжгрупова взаємодія обумовлена просторовою залежністю її суб'єктів (сторін, учасників тощо), тобто груп. Оскільки йдеться про суб'єктів

соціальної взаємодії, то до цього виду залежності додається й історична її зумовленість.

Механізми міжгрупової взаємодії можна виокремити за різними критеріями: **феноменології, функцій та структури взаємодії**, а також у процесах розгортання **міжгрупової динаміки**. Необхідно зауважити, що міжгрупова взаємодія – це завжди соціально-психологічні процеси в динаміці, тому розглядаючи феноменологію, ми обов'язково будемо описувати не просто механізми взаємодії, а ці механізми в розвитку її феноменології. Надалі, окремо розглядаючи динаміку міжгрупової взаємодії, ми ще раз звернемося до її механізмів з позицій того, до яких результатів призводить взаємодія.

Феноменологія міжгрупової взаємодії (фаворитизм та дискримінація) описує її механізми на рівні цілісних явищ, не «препарованих» аналітичним підходом. Натомість, виокремлення ж *структури* міжгрупової взаємодії розкриває її механізми, як взаємодію компонентів, і тут йдеться насамперед про взаємодію інгрупових та аутгрупових очікувань та низки інших компонентів (рис. 2, рис. 3), про що йшлося вище (с. 17). Означуючи ці механізми як структурно-регулятивні, ми окреслили їхній вияв у відносній статистиці взаємодії.

По суті розгляд механізмів міжгрупової взаємодії через її феноменологію, функцію, структуру та динаміку дає відповідь на такі запитання: що, чому та як це відбувається? Почнемо з феноменології: що саме відбувається?

Міжгрупову взаємодію насамперед супроводжують *явища інгрупового фаворитизму та міжгрупової дискримінації*. Фаворитизм тягне за собою низку інших феноменів: групового нарцисизму, групових міфологій та ілюзій. До дискримінації приєднуються ефекти гомогенності чужої групи, групового егоїзму, поляризації, групових стереотипів та упереджень, групових психологічних захистів. Спостерігається *ланцюжок процесів міжгрупової взаємодії*, які описують її динаміку та які виявляються у низці психологічних феноменів. Означимо такі механізми взаємодії – **адаптивно-феноменологічними**. Надалі ця групова феноменологія, якщо вона вже не компенсує негаразди групи, коли членам інгрупи вже недостатньо просто обговорити, якими поганцями є представники аутгрупи та «випустити пар», переростає в булінг, стигматизацію, самосуди, лінчування, війну, геноцид. Отже, невдоволення членів групи станом речей у групі виявляється в груповій феноменології, ця феноменологія спочатку виконує адаптивну функцію («поговорили та й забули»), а потім дезадаптивну та виливається в негативні соціальні явища (Чорна та ін., 2021b), зазвичай за межами групи. Таким чином виникають і **дезадаптивно-феноменологічні механізми**.

Феномен фаворитизму/дискримінації породжує низку ілюзій міжгрупового сприйняття. Так, представники аутгрупи завжди здаються більш однаковими, гомогенними, ніж члени інгрупи. Натомість «свої» виглядають більш унікальними особистостями (Haslam, & Loughnan, 2014). Звісно, що члени інгрупи знайомі між собою, тому й судять про індивідуальні властивості її членів, а от члени аутгрупи сприймаються більш стереотипно. Водночас відбуваються процеси категоризації у міжгруповій взаємодії, коли акцентуються відмінностями між різними групами та схожості між подібними категоріями

(групами) людей. І ці процеси «ми більш різні, ніж вони» та «між нами та ними більше відмінностей, ніж між нами» відбуваються паралельно, тобто, якщо спростити: існують великі відмінності між «своїми» та «чужими», середні – між «своїми» (існують як відмінності, так і схожості) та зовсім малі – між «чужими». Або ж це виглядає ще так: існують відмінності між своїми та чужими, серед своїх вони теж існують, а от серед чужих – непомітні, а може й зовсім не існують.

Ще однією ілюзією міжгрупового сприйняття є посилення акцентуації (Judd & Park, 1988), сильне перебільшення негативних характеристик аутгрупи, якщо хтось із її представників здійснює проступок, поводить двозначно тощо. Стереотипізація завдяки соціальній категоризації та асиметрії сприйняття (Tajfel, 1971; Pettigrew, 1979) значно посилюється, за вчинком одного представника групи узагальнено оцінюється вся група. Тут варто також згадати про міжгрупові ефекти сприйняття мігрантів (Zarate et al., 2004), коли місцевими прискіпливо оцінюється поведінка немісцевих, а самі мігранти відчують набагато більший сором за проступки співвітчизників, ніж, якщо це було б у їхній рідній країні.

На рівні великої соціальної групи, коли вона складається з багатьох середніх і малих, коли ідентичність великої групи ще не сформована, так само представники цих середніх і малих можуть значно посилювати та акцентувати окремі відмінності між собою та судити про всю велику групу на основі одиничних або суцільно особистих вражень. Тому так важливі соціологічні та соціально-психологічні репрезентативні дослідження, які свідчать про тенденції та закономірності взаємодії груп: самовизначення, колективні емоції та дії, настановлення, очікування.

Дотичним до ілюзії акцентуації є ефект ілюзорного зв'язку (Hamilton & Sherman, 1989), а іноді вони й зливаються в один феномен. Так, певні неприємні для більшості атрибути поведінки окремої людини приписуються їй, як представниці якоїсь уявної групи. Або ж у сприйнятті більшості ця нестандартна, непоширена в групі поведінка поєднуються з певною субгрупою, яка представляє меншість у групі. **Практичні висновки**, які варто зробити, ознайомившись з феноменами акцентуації та ілюзорного зв'язку: *не варто судити про аутгрупу лише на основі дій її окремих членів, а інгрупі варто публічно ідентифікувати дії своїх членів, як етичні або неетичні, кого б ці дії «свої людини» не стосувалися, своїх чи членів аутгрупи.*

Зважаючи на те, що існують нелінійні зв'язки між діями меншості та більшості в групі, *не варто також оцінювати аутгрупу окремо за позиціями меншості або навіть більшості її членів, а лише за тим впливом, який здійснює на всю групу меншість або більшість, якою є більшість – пасивною чи активною, якою є меншість – авторитетною, етичною, кому саме належить контроль і влада в групі.* «Хороші руські» аж ніяк не визначають сутність російської нації, вони не здійснюють жодного впливу на процеси міжгрупової взаємодії, вони не є елітою групи, не формують ціннісні засади взаємодії поміж «своїми» та надалі – стосовно «не руських».

Не всі аутгрупові феномени є дискримінативними. Так, гордість та сором групи, референтність, образ групи, групова відкритість та афіліація не

обумовлюють самі по собі деструктивну взаємодію. Вони є нейтральними, і залежно від ситуації можуть відігравати як позитивну, так і негативну, а також адаптивну/дезадаптивну роль у побудові взаємодії.

Отже, провідні феномени взаємодії, фаворитизм та дискримінація, підпорядковують собі низку інших, більш локальних (групові міфи, ілюзії, захисти тощо). Механізми міжгрупової взаємодії утворюють певну **ієрархію**, які злагоджено виконують певні функції. Які ж це функції?

Якщо звернутися до основних *функцій соціальної групи*, яку вона виконує в житті людини, то тут виокремлюються такі: самоідентифікація та редукція почуття невизначеності/непевненості в соціальному просторі взаємодії (Hogg, 2007); захист від ворогів, долання стихійних лих, самотності, страхів та тривоги, реалізація потреби у безпеці (Schachter, 1959); підвищення самооцінки (Rubin & Hewstone, 1998; Jeong et al., 2016); врівноваження протилежних за спрямованістю інтенцій: прагнення бути виразним серед інших соціальних індивідів та прагнення бути схожим на інших (Leonardelli, Pickett, & Brewer, 2010); кооперація соціальних індивідів у досягненні спільних результатів діяльності (Festinger, Schachter, & Back, 1950). Тобто група консолідує зусилля окремих індивідів, інтегрує людей в єдине ціле. Водночас самоідентифікація, самооцінка, самореалізація та соціалізація в групі є мотивами перебування людини в групі (Hogg, & Gaffney, 2018). Відповідно до цих функцій та мотивів можна виокремити *пояснювальні принципи міжгрупової взаємодії*, які дають відповідь на запитання: чому щось відбувається між групами? По-іншому, це запитання можна поставити і таким чином: а що ж насправді відбувається під завісою феноменології взаємодії?

Якщо група людей, так само, як і окремих індивідів, не визначилися, хто вони є, як себе означити, а це можливо лише шляхом порівняння себе з іншими групами та індивідами, то наслідки можуть бути катастрофічними. Ненабуття ідентичності в будь-яких її різновидах (соціальної, особистісної, групової, рольової тощо), її відсутність або втрата викликають у людини відчуття невизначеності, страх та тривожність (Hogg, 2007). Зазвичай результатами міжгрупової взаємодії у випадках активізації процесів ідентифікації є поява соціальної групи, зростання її єдності, гомогенності, а значить і конформізму інгрупи; зміцнення соціально-психологічного добробуту та психічного здоров'я членів групи за рахунок самовизначення. В умовах війни посилення ідентифікаційних групових процесів сприяє доланню психосоціальних страхів, укріпленню стресостійкості та зростанню патріотизму.

Група, яка відчуває загрозу своїй ідентичності, поводить себе агресивно та відчайдушно. Така група має декілька стратегій міжгрупової взаємодії: вона або приєднується до високовпливових груп, або сама намагається набути такого високого статусу та ствердити власну групову ідентичність. Оскільки досить за важко короткий час самостійно стати високовпливовою групою, то вона може вдаватися до екстремальних сценаріїв взаємодії, як то тероризм та війна (Hogg, 2014). Такі «стрибки ідентичності» за рахунок «атак» на інші групи є штучно спровокованою побудовою історії групи. Звісно, що група в умовах загрози її

ідентичності поводить ся і більш зріло та відповідально, ніж екстремально, виборює свою автономність без агресивних атак на інші групи.

До інших сценаріїв формування групової ідентичності належать ті, які базуються на маніпулятивних засадах взаємодії: «крадіжки історії» в іншій групі, цілеспрямоване створення міфології групи. Так, історія РФ містить багато неправомірних запозичень з історії України, починаючи з періоду Київської Русі, маркування культурних досягнень українців, як російських, тощо. Штучно створені росіянами політичні, історичні, воєнні міфи, які насправді є псевдоміфами, заповнюють прогалини їхньої «героїчної історії» (наприклад, міф про 28 панфіловців), а також компенсують їхню нестійку, штучно завищену національну самооцінку (міф про перемогу в II світовій війні без допомоги союзників по антигітлерівській коаліції).

Таким чином пояснювальним принципом міжгрупової взаємодії, яка виявляється в процесах ідентифікації групи, є **долання невизначеності**, відповідь на запитання «Хто ми є?», означення феномену «Ми». Тому визначимо сукупність ідентифікаційних механізмів **ідентифікаційно-регулятивними**.

Звернемося до самооцінки людини як мотиву її перебування в групі. У процесі соціальної взаємодії весь час щось відбувається, і ці наслідки взаємодії можна означити, як погані або хороші, тобто етичний вимір взаємодії завжди присутній у взаємодії. Як вже було зазначено, зазвичай усе хороше члени інгрупи намагаються приписати собі, а погане – аутгрупі. Виникає велика спокуса однієї групи приписати вину за все погане, що з нею трапляється, іншій групі. Це зручно та швидко, не треба аналізувати, що сталося, долати наслідки негативу. Тут механізм атрибуції, який базується на асиметрії соціального сприйняття на користь власного Я (Tajfel, 1971; Pettigrew, 1979), обслуговує груповий нарцисизм, надалі – неприхований груповий егоїзм. Нема нічого кращого, ніж за допомогою приналежності до впливової групи, підняти власну самооцінку, а ще краще це зробити за рахунок аутгрупи, просто порівнюючи її з власною.

Однак група може брати відповідальність за те, що відбувається у процесі взаємодії, прогнозувати її розвиток (Coombs, 2014). Відповідальність групи абсолютно не означає провину групи, бо часом взаємодія відбувається в кризовій ситуації, де починають домінувати емоційні атрибуції вини та панує хаос, і тому хтось має взяти відповідальність за ситуацію. Відповідальність групи також може поєднуватися з усвідомленням нею провин перед іншими групами, наразі історичних провин великих соціальних груп (Васютинський, 2018). Ну і, звісно, вибачення лідером групи від її імені за хибні або неетичні дії стосовно іншої групи, групові акти компенсації (Manzi, González, 2007) за нанесену морально-психологічну або матеріальну шкоду показують, що асиметричні атрибутивні процеси більше не переважають у її взаємодії з іншими групами.

Зворотні процеси, як то привласнення вини чужої групи, невзяття відповідальності за ідентифікацію ворога, невизначення його провини теж є характеристиками етично-ціннісного контуру взаємодії між групами, вірніше його повної відсутності. Зазвичай група відчуває себе **суб'єктом взаємодії**, цінності групи для неї є важливими, вона ідентифікує себе в просторі міжгрупової взаємодії та чітко визначає представників аутгрупи, тим більше

ворожої. Група може бути також **об'єктом міжгрупової взаємодії**. До неї інші групи ставляться, як до неавтономної, нерівної у взаємодії, як до об'єкту, який задовольняє потреби інших груп. І група, яка погано себе ідентифікує, може привласнювати чужу вину, бути постійним благодатним об'єктом інформаційно-психологічних операцій зі сторони ворожої аутгрупи, і тут уже не йдеться про суб'єктність групи. У цьому контексті варто згадати динаміку визначення українцями винуватця російсько-української війни. Проілюструємо цю динаміку результатами емпіричних Всеукраїнських та регіональних репрезентативних досліджень. Так, вину Російської Федерації за те, що коїться в Україні, на межі розмежування з російським загарбником на щойно звільнених територіях від російських загарбників у Донецькій та Луганській області в 2014 році визнавали лише 26,6% старшокласників і 26,0 % у 2015 році. Для характеристики свого ставлення до Росії учні старших класів обирали найчастіше нейтральне слово «сусід» (44,6% – 2014 р., 51,1% – 2015 р.), ворогом Росію вважали – 18,5% і 20,3%, відповідно. У цілому по Україні на той момент звинувачували РФ у війні 42,4% опитаних (Слюсаревський, & Чорна, 2018). Якщо в різні роки, з 2014-го по 2022-ий, до повномасштабного вторгнення РФ в Україну, від 30,7% до 45,9% українців вважали, що нікому не потрібну війну з Росією спровокувала українська влада (в деяких варіантах опитування – розв'язала порошенківська влада), то в 2023 році таких громадян України виявилось 7,2% (Інститут..., 2023). У жовтні 2022 року 97% українців визначили росіян ворожою до нас групою (Комплексне дослідження..., 2023).

Таким чином групи різним чином досягають відчуття самоповаги та підвищують свою самооцінку, в діапазоні від атрибуції вини аутгрупі до взяття відповідальності інгрупою за ситуацію в ній та розв'язання завдань взаємодії. У випадку атрибуції вини на аутгрупу проєктуються негативні емоції та невдоволення через фрустрацію потреб інгрупи (Allport, 1954), до аутгрупи ставляться, як до об'єкту взаємодії. Таким чином відбувається асиміляція залежних груп до домінуючої, їх поглинання, булінг, міфологізація історії групи тощо. Натомість аутгрупа може поводитися, як суб'єкт та не привласнювати хибну вину. Група-суб'єкт також визнає дійсну власну провину перед іншими групами, бере відповідальність за побудову взаємодії. У випадку відповідального ставлення до розв'язання внутрішньогрупових завдань групою демонструється ставлення до інших груп, як до суб'єктів взаємодії. Тут міжгрупова взаємодія відбувається на засадах поваги та розуміння історії, звичаїв, традицій, цінностей, норм і правил взаємодії іншої групи, усвідомлення права іншої групи діяти згідно власних уявлень, планів, домагань, тобто як до суб'єкта взаємодії. Інфрагуманізація, стигматизація, дегуманізація є субмеханізмами ціннісного ставлення до аутгрупи. Таким чином, коли йдеться про вину або відповідальність у міжгруповій взаємодії, то її пояснювальним принципом є *реалізація ціннісного ставлення до аутгрупи як до об'єкту потреб інгрупи або ж як до суб'єкту взаємодії, а також самовизначення групи як суб'єкта або ж її відсутність*. Сукупність процесів міжгрупової взаємодії, які відбивають ціннісну сторону взаємодії, означимо **ціннісно-регулятивними**.

Перебування в групі допомагає людині підтримувати баланс між прагненням бути схожим на інших соціальних індивідів та амбіцією чимось таки вирізнитися від інших, бути помітним. Так само групи, як окремі суб'єкти взаємодії, прагнуть вирізнитися серед інших груп, щоб зміцнюватися та зростати. Представники інших груп прагнуть бути членами таких успішних груп, і якщо межі групи проникні для представників аутгруп, то таким чином розміри успішної групи збільшуються, людський капітал та ресурси групи примножується, а інші групи ризикують або розпастися, зникнути або просто втратити власну ідентичність та всією групою приєднатися до цієї більш виразної групи. Групи, які в полі міжгрупової взаємодії менш виразні та привабливі, починають захищатися, посилюють щільність власних меж, як територіальних, так і символічних (правил і норм взаємодії всередині групи), вводять жорсткі санкції для «чорних вівць», які є більш жорсткими, ніж для членів аутгрупи (Marques & Pérez, 1994). Отже, **соціальні репрезентації** груп здійснюють регуляцію міжгрупової взаємодії на рівні сприйняття групами одна одної. Побіжно зростає обмін між групами, а також конкуренція. Якщо обмін нерівноцінний для якоїсь із груп, то вона може висловлювати невдоволення, розривати кооперацію з іншою групою (дистанціюватися). Натомість інша група, якій цей несправедливий обмін був вигідний, може виявляти невдоволення в позбавленні свого домінуючого статусу через міжгрупову агресію та війну.

Виразна помітність соціальної групи може розглядатися як загроза ідентичності іншій, її величі, і тоді групові ревності (Hogg, 2014) цієї іншої групи примушують її вдаватися до деструктивних сценаріїв взаємодії. Тому помітна виразність українців, які демонструють прагнення до демократичних реформ, а, отже і до демократичних засад взаємодії, стали вкрай небезпечними для росіян, а, особливо для їхніх лідерів. Російсько-українська війна – це не лише про прагнення імперської величі росіянами, а й про їхній страх перед іншими цінностями соціального життя, врешті-решт – страх руйнування таких авторитарних моделей взаємодії та втрати влади в РФ її лідерами.

Отже, **соціальні репрезентації груп та ефектів міжгрупової взаємодії** регулюють цю взаємодію насамперед через соціальну перцепцію: побудову іміджу власної групи (відповідно цей образ віддзеркалює групові очікування щодо поведінки інших груп стосовно власної) та оцінку іміджів інших груп. Пояснювальним принципом тут є **гнучкість та дотримання збалансованого обміну у взаємодії**, балансування між внутрішніми умовами перебування в інгрупі (збереження привабливості групи для «своїх») та зовнішніми привабливостями «чужих». Означимо сукупність механізмів, які виявляються у процесах побудови групами своїх соціальних репрезентацій та уявному проектуванні очікуваних способів взаємодії між групами, впливу цих репрезентацій на взаємодію, як **перцептивно-регулятивні**.

Таким чином через функції міжгрупової взаємодії виокремлюються такі її пояснювальні принципи: *долання невизначеності та зайняття статусу поміж іншими групами; реалізація ціннісних ставлень у взаємодії, побудова суб'єкт-об'єктної взаємодії з метою досягнення групами високої самооцінки та престижу; побудова привабливого іміджу групи та балансування взаємодії з*

огляду на ту вигоду, яку отримують групи, обміну між ними ресурсами; Оскільки механізми міжгрупової взаємодії здійснюють її регуляцію на основі цих принципів та базуються на соціально-психологічних процесах, то сукупність механізмів, які послуговуються цими принципами, означено як перцептивно-, ціннісно- та ідентифікаційно-регулятивні. Ці принципи відповідають на запитання: чому взаємодія між групами будуватиметься так чи інакше.

Відповідно до пояснювальних принципів можна виокремити і завдання міжгрупової взаємодії: збагачення та розвиток групи, захист своєї ідентичності та цінностей, змагання за ресурси та престиж.

Звернемося до динамічних процесів, що відповідають на запитання, як саме в часовому вимірі відбувається міжгрупова взаємодія.

Динаміка міжгрупової взаємодії. Динаміка міжгрупової взаємодії аналогічно внутрішньогруповій, теж має свої етапи, піки та плато. У певний момент розвитку групи настає етап кризи, коли група не здатна розв'язувати групові завдання звичним для себе способом, коли група потребує перезатвердження ролей, статусів, правил взаємодії. Проходження цього природного етапу «шторму» є одним із етапів групоутворення (Lewin & Lewin, 1948; Tuckman, 1965). Після проходження цього етапу група стає більш міцною та згуртованою у своїй внутрішній взаємодії або ж розпадається. Те саме відбувається і у міжгруповій взаємодії. Природний процес розвитку взаємодії розпочинається з ідентифікаційних процесів, коли встановлюються територіальні межі груп, припустимі норми міжгрупової взаємодії, балансуються взаємні групові очікування. Так само, як окремий соціальний індивід ідентифікуючи себе в соціальному просторі, «вираховуючи свою групу», порівнює групи між собою, так само групи, відповідаючи на запитання «Хто ми є?», порівнюють свою групу з іншими, визначають своє чільне місце серед інших груп. Порівнюються історія, цінності, норми, досягнення групи, її імідж серед інших груп. Щоб «українець звучало гордо», українцям необхідно спиратися на багату історію, досягнення та вирізнятися від інших груп, бути по-справжньому самодостатніми та незалежними.

У таких природних процесах групової ідентифікації сварки та конфлікти (словесні та фізичні) між групами неминучі. Це відбувається, коли є певні спірні питання між групами, коли групи претендують на одну й ту саму територію свого перебування, помешкання та діяльності; коли групи хочуть, щоб саме їхня група була спадкоємицею багатої історії (дарма, що ця історія творилася на чужій території). Групи прагнуть виступати легітимними представниками наукових, технічних тощо досягнень, джерелом виняткової культури; групи прагнуть зайняти своє унікальне місце серед інших груп. Міжгрупові конфлікти також виникають тоді, коли існує зона невизначеності у взаємодії: на що саме очікує група від іншої у взаємодії. Групи конфліктують, коли вони конкурують, коли справедливий обмін ресурсами між ними порушено. І всі ці конфлікти можуть бути вирішені шляхом перемовин, балансування інтересами, розмежування «свого» та «чужого», бо існує об'єкт конфлікту. Після гострої стадії конфлікту, групи диференціюють поле своєї взаємодії: кому що належить; які саме форми взаємодії припустимі; інгрупи означають аутгрупи, як мирні, нейтральні, дружні,

ворожі; розмежовують зони взаємодії. Надалі групи досягають порозуміння та балансу інтересів або ж уникають взаємодії. Отже, загалом такі процеси описують **механізми розвитку взаємодії** між групами, хоча на цьому шляху можуть траплятися непорозуміння та конфлікти.

Якщо розглядати природні процеси групової внутрішньої та зовнішньої міжгрупової взаємодії в перспективі, масштабно, то на певному її етапі цілком закономірно діють процеси інтеграції, а на певному – диференціації між групами. Мікрогрупи, які утворилися всередині «батьківської групи», можуть відокремлюватися у самостійні «дочірні» групи. Так само окремі групи можуть претендувати на групову афіліацію в більшу групу. Групи можуть знову добровільно об'єднуватися. Диференціація груп у міжгруповому полі взаємодії відбувається відповідно до цілей взаємодії: обміну між групами ресурсами або ж конкуренції та змагання. Основна ж функція диференціації – це набуття виразної ідентичності групою, натомість інтеграція транслює групові цінності у широкий соціальний контекст (Слюсаревський, Бублик та ін., 2018). На основі процесів інтеграції та диференціації груп їх можна ідентифікувати як релевантні, референтні, конкурентні, дружні, нейтральні, мирні, ворожі.

На противагу природньому розвитку процесів міжгрупової взаємодії існує й інший, патологічний. Коли групи начебто і розмежувалися, і визначилися, як незалежні, і назвали себе по-різному, тобто процеси ідентифікації відбулися, групи пройшли стадію конфлікту, але між ними не існує здорової взаємодії. Чому ж це відбувається?

Коли група не виконує свої інтегративні функції, коли лідер замість розв'язання проблем назначає винних (в групі та поза її межами), то надалі групові процеси перебувають у стагнації. Група заговорює проблеми, дрібні сварки між членами групи замінюють розв'язання серйозних конфліктів. «Самовпевнені, пихаті групи», які на протилежність робочим, працюючим групам, у свій час В. Біон назвав групами «базових припущень» (Bion, 1961), з ворожістю протистоять будь-яким стимулам зростання чи розвитку.

Щоб надати динаміці груповим процесам, група переносить їх поза межі групи, в поле міжгрупової взаємодії. Криза в групі не долається, але все ж таки наявний хоча б якийсь рух. Група проєктує на іншу групу власні негативні емоції, намагається її зробити винною в своїх проблемах, виливає на неї агресію. По суті, російсько-українська війна – це спосіб утримати Путіним владу в Росії, відповісти на незручні запитання своїх громадян, підняти їхню самооцінку, можливість відчувати російську велич за рахунок підкорення та експлуатації інших народів. Отже, стагнація внутрішньогрупових процесів, намагання розв'язати проблеми групи за рахунок іншої групи призводять до регресії міжгрупової взаємодії. Одна група експлуатує, асимілює, узалежнює, поглинає іншу групу. Якщо розглядати всі ці процеси як атрибутивно-дискримінативні механізми взаємодії між групами, то під кутом динаміки їх можна також назвати і **механізмами регресії**.

Історики визначають російсько-українську війну як постколоніальну, коли Росія не може змиритися з утратою статусу імперії та намагається повернути Україну в статус залежної від неї великої групи людей, над якою вона

втратила владу. Тому росіянам так важливо стерти маркери національної ідентичності українців та знову стати політично та територіально домінуючою групою – «старшим братом», як колись було в СРСР. Українці схильні визначити цю війну, як національно-визвольну, тому що саме так українці остаточно визволяють себе із-під впливу Росії, ідентифікують себе як велику автономну соціальну групу – українську націю. Отже, *російсько-українську війну не можна назвати класичним конфліктом двох великих груп. Хоча формально за визначенням – це конфліктна міжгрупова взаємодія, але вона базується на регресивних механізмах. Проблеми взаємодії між українцями та росіянами вже не можуть бути вирішені шляхом перемовин та балансування інтересами. Росіяни демонструють екстремальну міжгрупову взаємодію щодо українців, як-то тероризм, воєнна агресія, геноцид, патологічні проєкції негативних групових емоцій, атрибуції українцям вини.* Зі сторони українців ця війна стала **мірилом** ідентичності українців, війна спонукала до осмислення своєї громадянської позиції, війна активізувала здорові ідентифікаційні процеси серед українців.

Ще один механізм, який базується на груповій динаміці та який регулює міжгрупову взаємодію, – це поколінна (генераційна/трансгенераційна) передача моделей взаємодії, які часто базуються на колективних травмах, історичному наслідуванню ролей соціальних груп, які вони виявляють у процесі міжгрупової взаємодії. Групова травматизація позначається не лише на застосуванні механізмів психологічного захисту у взаємодії, а й на формуванні ролей агресора, жертви та рятувальника, героя або негідника. Групи стигматизуються, і надовго вважають себе менш цінними. Усе це призводить до закритості та неавтономності груп у взаємодії. Історично ці стилі взаємодії можуть закріплюватися: усталено, з покоління в покоління одна група може вважати іншу групу чимось їй зобов'язану, а інша – вибудовувати свою взаємодію під цей історичний стереотип. Аргументи, на кшталт: «а так було завжди», «ми завжди були братами/сестрами», «а так склалося», виправдовують ці стилі взаємодії. Стигматизовані з покоління в покоління групи виявляють неабияку винахідливість у життєстійкості (Crocker & Major 1989).

Історична пам'ять, групова ностальгія, «пам'ять місця» або свідоме замовчування минулого, викривлена історія запускають ті чи інші процеси міжгрупової взаємодії, і є безпосередньо локальними субмеханізмами динаміки міжгрупової взаємодії.

У складних соціальних ситуаціях, в тому числі в умовах війни, відбувається переструктуралізація групового поля взаємодії: утворення нових груп, поглинання однією групою іншої, перегрупування за новими ознаками (за ціннісними, а не за родинними, територіальними, владно-підвладними тощо). Територіально ці процеси виявляються в тому, що групи зближуються або віддаляються одна від одної (як у реальному полі взаємодії, так і у психологічному, символічному сенсі), дистанціюються (темпорально, географічно), відбувається мапування території на свою і чужу. Загалом усі різновиди групових процесів, які описують динаміку взаємодії (розвитку або регресу, інтеграції та диференціації, історичної передачі моделей взаємодії), означимо *динамічно-регулятивними механізмами міжгрупової взаємодії*.

Загалом міжгрупова взаємодія визначається інгруповою взаємодією її учасниць. Порівнюючи інгрупову взаємодію українців та росіян, відмітимо, що за результатами кроскультурних розвідок дослідники констатують таке: відмову від свободи та конкуренцію за статус через домінування у групі, агресію та залякування; просування вперед у соціальних взаємодіях через перемогу над іншими; підпорядкування індивідуальних інтересів старшим членам групи; жорстке дотримання групових норм, повагу до влади та легітимізовану агресію проти девіантної поведінки; доведення іншим та «заслуга» права на самовираження в інгрупі – у росіян; натомість в українців – автономія та децентралізоване прийняття рішень, презирство до авторитаризму, здобуття статусу через схвалення дій особи інгрупою («а що люди скажуть»), свобода самореалізації в групі, наддовіра до вузького кола «своїх» (Starodubska, 2023).

Підсумовуючи викладене вище про механізми міжгрупової взаємодії, зазначимо: оскільки міжгрупова взаємодія складається з багатьох компонентів, а соціальні групи виконують досить велику кількість функцій, то механізмів – багато; механізми міжгрупової взаємодії є **ієрархічними**, в різних соціальних ситуаціях субмеханізми спеціалізовано «виконують завдання» провідних механізмів. Феномени міжгрупової взаємодії описують її соціальне тло, а функції соціальних груп пояснюють, чому ж ці феномени виникають. Різні площини аналізу міжгрупової взаємодії за відповідними критеріями (феноменології, функцій, структури, динаміки) можуть відображати подібні механізми в різних контекстах взаємодії, акцентувати увагу на окремих процесах або ланцюжках процесів, різних часових проміжках (в межах певної ситуації або ж історичної ретроспективи). Розподіл механізмів за різними критеріями не є строгим (табл. 1). Наведені механізми можуть бути ще більшою мірою конкретизовані відповідно до соціальної ситуації. Оскільки по суті психологічні механізми міжгрупової взаємодії є процесами, а соціальні ситуації взаємодії є складними, то механізми утворюють ланцюжок процесів, а отже, кожна проблемна ситуація міжгрупової взаємодії, яка досліджуватиметься, міститиме кілька таких механізмів.

Таблиця 1.

Види механізмів міжгрупової взаємодії

Критерій визначення	Механізми	Субмеханізми
Феноменологія. Що відбувається?	Адаптивно- /дезадаптивно-феноменологічні (інгруповий фаворитизм / аутгрупова дискримінація)	Групова міфологія, групові ілюзії, груповий егоїзм, груповий нарцисизм / ефекти гомогенності, акцентуації поведінки членів аутгрупи та ілюзорного зв'язку; поляризація, стереотипи та упередження, групові психологічні захисти

	Ситуативно нейтральні	Гордість та сором групи, референтність, груповий опір, групова відкритість, групова афіліація
Зумовленість міжгрупової взаємодії функціями соціальної групи Чому групи так взаємодіють?	Ідентифікаційно-регулятивні (пояснювальний принцип: соціальні індивіди долають невизначеність, а група займає статус серед інших груп)	Соціальні категоризації, в тому числі рекатегоризація, декатегоризація, кроскатегоризація, ідентифікація, набуття ідентичності
	Ціннісно-регулятивні (пояснювальний принцип: побудова суб'єкт-об'єктної взаємодії з метою досягнення високої самооцінки та престижу групи)	Атрибуція вини та вияв відповідальності (інфрагуманізація, стигматизація, дегуманізація / дотримання етики взаємодії)
	Перцептивно-регулятивні (пояснювальний принцип: побудова привабливого іміджу з метою збалансованого обміну ресурсами у взаємодії та набуття вигоди групами)	Соціальні репрезентації: імідж групи, виразна помітність групи, щільність групових меж, відображення історії групи в матеріальних об'єктах тощо
Структура групи. Як відбувається взаємодія на рівні компонентів інгрупи та аутгрупи?	Структурно-регулятивні	Порівняння з іншими групами, узгодження міжгрупових очікувань та інших компонентів структури інгрупи та аутгрупи
Динаміка взаємодії. Як відбувається взаємодія в часовому вимірі?	Динамічно-регулятивні	Розвитку/регресу. Поколінні передача механізмів взаємодії. Історична пам'ять, групова ностальгія тощо

Історичні і територіальні виміри міжгрупової взаємодії. Міжгрупова взаємодія відбувається в просторі та часі. Простір і час – взаємопов'язані виміри буття. Вони є категоріями, які об'єктивно описують Всесвіт (фізичний вимір), але водночас вони можуть бути і суб'єктивними характеристиками сприйняття людиною свого соціального життя (психологічний вимір), зокрема ситуацій соціальної взаємодії, її психологічний час і психологічний простір. Просторовий вимір міжгрупової взаємодії людини накладається на часовий, і таким чином говоримо про її історичний вимір. Історія розвитку міжгрупової взаємодії, як серед малих, так і великих соціальних груп, містить чинники та передумови її вияву в актуальному часі. Отже, часові та просторові виміри міжгрупової

взаємодії можуть розглядатися через їх **об'єктивні** та **суб'єктивні** складові. Відповідно можна виокремити об'єктивний і суб'єктивний підходи до дослідження зазначеної проблематики: як аналіз історичних контекстів вияву психології міжгрупової взаємодії (**об'єктивний підхід**), а також і як результат відбиття в психіці людини тих чи інших історичних подій у своєрідних соціально-психологічних феноменах (історична пам'ять; колективна пам'ять, пов'язана з певним географічним місцем, територією; ностальгія за певним історичним часом; трансгенераційна передача історичних травм; історичні види ментальності, «колапс часу» за V. Volkan (2021) тощо (**суб'єктивний підхід**)). **Історичні виміри психології міжгрупової взаємодії** можна розглядати через: 1) історію становлення певних типів, моделей, сценаріїв тощо міжгрупової взаємодії в соціумі, 2) вплив тих чи інших історичних подій на формування цих типів, моделей, сценаріїв взаємодії. Водночас групові атитюди, стереотипи, упередження є соціально-психологічними чинниками виникнення певних ситуацій міжгрупової взаємодії, які в подальшому унаслідок своєї значущості можуть мати історичний характер. Так, про важливість знання історичних умов виникнення соціальних упереджень свідчать сучасні емпіричні дослідження на підтвердження так званої гіпотези Марлі (Bonam, 2019). Отже, вплив актуальних соціальних та історичних умов і соціально-психологічних складових міжгрупової взаємодії одне на одного є взаємним. **Територіальні виміри міжгрупової взаємодії насамперед** розглядаються як зв'язок між характеристиками розташування регіону (політико-адміністративними, історичними, географічними, особливостями його фактичних та умовних меж; протяжністю, розмірами, ресурсами, ландшафтом, поширеними видами діяльності населення тощо) та особливостями міжгрупової взаємодії. Територіальний вимір взаємодії є умовно незалежним від історичних вимірів, бо взаємодія на певній території відбувається в певний час, в певній точці історичного розвитку соціальних процесів. Територіальні виміри міжгрупової взаємодії в соціально-психологічному аспекту розуміються не лише як суто географічні, фізично-просторові, а й як психогеографічні: особливості мапування території людиною, уявленнями членами певної соціальної групи про свою та чужу територію тощо.

Проілюструємо міжгрупову взаємодію в контексті її розгляду в історичних і територіальних вимірах. Так, з метою встановлення владно-підвладних відносин на певній території домінантна група застосовувала технології об'єктивації відносин між різними соціальними групами. Примусове або вимушене переселення соціальних груп з одних територій на інші (Кабачій, 2019), відрив ідентичності особистості від території її формування в процесах соціальної взаємодії, утворення нових штучних соціальних груп, фрагментацію (розпорошення) певних соціальних груп серед інших (Лемкін, 2020) – типові приклади територіальних практик міжгрупової взаємодії з історії людства, починаючи з древньої Ассирії, яка вважається першою імперією в світі, і закінчуючи сучасною Росією. Загалом територіальними вимірами взаємодії тут є групова диференціація в просторі взаємодії за критерієм автономності та впливовості груп (Kachanoff et al., 2019; Wagoner, & Hogg, 2016).

Іншим катастрофічно-показовим історичним прикладом, як це цинічно звучить, експериментування з територіальними вимірами взаємодії є геноцид у Камбоджі. Знищення територіальних груп за ознакою «міське – сільське населення», знищення інституту сім'ї, як малої групи, в якій відбувається соціалізація особистості, загалом знищення «матриці» соціальних груп у суспільстві призвело до жахливих наслідків у цій країні.

За часів СРСР практикувалося примусове, неоправдане, несправедливе, несподіване переселення великих груп населення з однієї території на іншу, яке зазвичай відбувалося як організований державою булінг невеликих за розмірами національних груп (кримських татар, німців, лемків, черкесів, інгушів та ін.); об'єднання в нові державні територіальні утворення національних груп, які мають суперечливу, а часом конфліктну, історію відносин (кабардинців і балкарців, карачаєвців і черкесів та ін.); багаторазові об'єднання та переоб'єднання в адміністративних територіальних одиницях різних народів (наприклад, історія Чечні та Інгушетії), роз'єднання за різними територіальними одиницями народів як єдиних згуртованих соціальних груп (українців, осетин та ін.; яскравий приклад – історія Придністров'я), утворення на території однієї національної групи адміністративного територіального утворення іншої (Нагірний Карабах), створення на історично далекій для народу території, що ніколи раніше не була місцем його компактного проживання, нового національно-адміністративного утворення (Єврейська Автономна область). Необхідно зазначити, що такий територіальний інжиніринг міжнаціональних відносин був спрямований на те, щоб сформувати одну ідентичність у населення СРСР «радянський народ», знищити зв'язок між територіальною та історичною ідентичністю населення як основою формування його етнічної (національної) ідентичності. Такі територіальні механізми впливу на побудову міжнаціональних (міжгрупових) відносин у СРСР поєднувалися з суто соціально-психологічними: штучною етнічною асиміляцією корінного населення певних регіонів або національних менших у великий російський народ, міфологізацією історії тощо. На відміну від повільних, природних процесів етнічної дифузії тут спостерігається примусовість, швидкість, соціальна несправедливість, стигматизація в формуванні міжгрупових відносин. Деформація процесів міжгрупових відносин унаслідок такого неприродного втручання в їхній розвиток призводять до довгострокових історичних конфліктів. Сучасна Росія, як у практиках внутрішньогрупової взаємодії, так і міжгруповій, використовує ті самі підходи, що і СРСР. Роз'єднати соціальні групи, зберегти владу та не дати їм солідарно виступити проти авторитарної влади – сутність таких територіальних технологій формування міжгрупової взаємодії. Експериментування радянської влади з формування історично «нової» ідентичності мешканців СРСР (Каганов, 2019), серед іншого мало на меті установлення таких умов взаємодії етнічних, національних груп, які б унеможливили розпад штучного державного формування під назвою СРСР.

Яскравим прикладом вияву групового фаворитизму в територіальному вимірі є мапування території залежної групи назвами, що ідентифікують домінуючу групу. Так, в СРСР в союзних республіках переважна більшість

вулиць називалася іменами представників російської культури, науки та політичного істеблішменту.

Низка психологічних показників описує міжгрупову взаємодію в її історичному вимірі, а саме: історична передача упереджень та травм, відновлення соціальної справедливості на основі історичної пам'яті, глорифікація або осоромлення груп (Assmann, 2008; Rotella, & Richeson, 2013; Sahdra, & Ross, 2007; McLamore et al., 2019; Nawata, 2020; Salice, & Montes Sánchez, 2016); набуття групою якостей системної вразливості (Chorna, Gleitze, & Gorman, 2022) внаслідок свого залежного становища серед інших груп або ж доміантної міцності та непорушності; ритуали прощення та відшкодування збитків, в тому числі моральних, психологічних (Manzi, González, 2007).

Історично міжгрупова взаємодія трансформується. Усе більше в світі групі упередження вважаються старомодними та непристойними, а дискримінація – пережитком історії (Hogg, & Gaffney, 2018). Оскільки в світі за останні десятиліття суттєво змінилося ставлення до війни і вона не вважається методом розв'язання проблем взаємодії (Harari, 2022), то й у міжгруповій взаємодії змінюються групові паттерни поведінки: від конфронтації до кооперації та розуміння взаємозалежності різних об'єднань людей у глобальному світі. А от чи дійсно при зміні групової поведінки змінюються групові атитюди та ставлення – питання відкрите (Paluck et al., 2021).

Міжгрупова взаємодія має і кроскультурні відмінності, і ці відмінності не обмежуються лише кордонами певної держави. Певні території мають свою історію володіння нею однією або різними соціальними групами, більш гомогенними або ні, корінними або переселеними з інших місць, а отже і цим визначаються територіальними відмінності міжгрупової взаємодії

1.2. Як групові стереотипи та упередження переростають у війну та геноцид? (Чорна Л. Г.)

Вважається, що сутність міжгрупових відносин визначається боротьбою соціальних груп за престиж та ресурси (Hogg & Gaffney, 2018). Однотипність поведінки своїх та жорсткість, категоричність, упертість проти чужих (Слюсаревський, Бублик та ін., 2018) повсякчас інтригують дослідників. Змагальні практики та групові конфлікти стали першими предметами досліджень міжгрупової взаємодії в психології ще в середині минулого століття (Harvey, 1989). Надалі ця тематика, низка негативних наслідків конкуренції між групами та їхнього додання стали домінуючими в проблематиці міжгрупової взаємодії. А от кооперація, встановлення доброзичливих відносин, психологія мирного співіснування між групами представлені меншою мірою в дослідженнях. І серед цих менш поширених досліджень варто згадати вивчення спільнотного життя сімей ветеранів, коли близькість було названо вражаючим чинником їхньої дружби та фіксувався високий рівень згуртованості в місці компактного помешкання цих сімей (Festinger, Schachter, & Back, 1950). Це обумовило формування групових стандартів взаємодії, що базувалися на подібності та одноманітності життєвих ставлень членів громади ветеранів.

Більшість феноменів міжгрупової взаємодії позначені ризиками виникнення негативних соціальних явищ (упередження, дискримінація в усіх різновидах, абсолютна або відносна). Чому саме така структура досліджень панує в цій галузі знань? По-перше, війна та геноцид є найбільш жахливими та катастрофічними наслідками міжгрупової взаємодії, і тому соціальна значущість досліджень визначає таку тематику. Але ж чи не було б тоді логічним збалансовано досліджувати і соціально-психологічні умови мирного співіснування груп? Мабуть, так. Справа в тому, що сама природа міжгрупової взаємодії визначає її практики. Як пишуть визнані на сьогодні авторитетні фахівці з дослідження соціальних груп, насправді міжгрупові відносини є конкурентними, етноцентричними та дискримінативними (Dovidio & Gaertner, 2010) Хоча ідентифікаційно-когнітивні процеси і є визначальними в характері міжгрупової взаємодії, але поведінкові компоненти виявляють справжню її сутність, і тут наразі йдеться не про позитивну сторону соціальних відносин, а про упередження, словесні перепалки, конфлікти та навіть бійки, як це більше, ніж півстоліття назад показав М. Шеріф (Sherif, 1958, 1966). Так, у психології наявні експериментальні дослідження груп, члени яких не були знайомі між собою до моменту їх поєднання в групу, які виконували поставлені експериментатором «чужі» завдання, які не мали групової ідентичності на основі спільного досвіду проживання подій, а зараховувалися до груп лише на основі «мінімальної» малозначущої ознаки розрізнення, але й такі «мінімальні групи» виявляли впродовж свого кількогодинного існування ефекти міжгрупової взаємодії, насамперед дискримінацію інгрупою членів аутгрупи (Tajfel, 1970; Tajfel et al., 1971). Ці дослідження нараховують незліченну кількість посилок на них, вони стали класичними, однак не виходять із моди та становлять «золотий фонд» соціальної психології (Otten, 2016).

Такий дискримінативний характер взаємодії обумовлений психологічним законом асиметрії сприйняття людини на користь власного Я (Pettigrew, 1979, Tversky, 1977). Асиметрія породжує фундаментальну помилку атрибуції: причини всіх досягнень та всього того хорошого, що трапляється з людиною, вона більшою мірою приписує собі, а крім того вважає це наслідком безумовно їй притаманних властивостей, а причини невдач та всього того поганого, що з нею трапляється, – наслідком випадковості або ситуації, що так склалася. З точністю до навпаки людина пояснює вчинки та досягнення інших людей: більшою мірою усе добре, що трапляється з іншими, вважає не закономірним, а випадковим. Ось чому цей закон називають асиметричним, а насправді двічі асиметрично-дискримінативним: не просто все трактується на користь власного Я, а ще й асиметрично трактуються причини досягнень і невдач: усі мої (наші) досягнення – завдяки старанням, а досягнення інших – випадкові. На рівні групи цей феномен взаємодії значно посилюється. Групі зазвичай легше, ніж окремим особам, у безпосередній взаємодії спиратися на автоматизовані, стереотипізовані, звичні схеми поведінки. Групі значно важче, ніж одній людині, або двом особам, які не є членами групи, координувати свої зусилля в розв'язанні проблем, бо використання інтелектуальних ресурсів групи вимагає більше часу та терпіння багатьох людей (Чорна та ін., 2021b). Конкуренція у самих групах за

лідерство, за авторитет думки теж є чинником прийняття простих та зрозумілих для всіх рішень, а вони не завжди є правильними. Крім того, лідеру доволі важко вистояти перед тиском групи та не прийняти швидке популістське рішення.

Зазвичай у мирних умовах співіснування груп *асиметрія сприйняття інгрупою аутгрупи має симетричний! характер*, тобто групи взаємно паритетно приписують одна одній гірші якості, ніж собі. І ця двостороння легка дискримінація має неусвідомлюваний характер. Ще З. Фрейд у свій час описував, як громади «з прилеглими територіями», такі як іспанці та португальці, північні німці та південні німці, англійці та шотландці, ворогують та висміюють одна одну (Freud, 1917). Цей феномен групового нарцисизму, в який виштовхуються несвідомі емоції, дозволяє відносно зручно та нешкідливо отримувати задоволення від схильності людей до агресії, і таким чином фасилітується згуртованість між членами територіальних груп. Ця фрейдівська гіпотеза «нарцисизму мінімальних відмінностей» груп описує групові емоції людей, але спирається на когнітивний механізм соціального порівняння своєї та чужої групи. Оскільки територіальні групи-сусіди досить схожі між собою, то ідентифікаційні процеси в групах посилюються, а, отже, групи змагаються у виразній помітності одна перед одною. А як це найшвидше та найлегше зробити? Лише висміюючи сусідів, демонструючи апріорі власну вищість. Загалом Фрейд вважав, що обов'язково існує ворожість до аутгрупи, бо саме таким чином підтримується прихильність до інгрупи та її згуртованість (Freud, 1922).

У сучасному глобалізованому світі «сусідська психологія» стосується не лише груп-сусідів, а й великих країн, розташованих далеко одна від одної (Volkan, 2021), бо існують уявні глобальні групи, як то «Схід» і «Захід», часто ці групи політизовані та заангажовані («руській мір», «христославизм» тощо).

Якщо члени групи ставляться до представників аутгруп як до суб'єктів, то між групами, звісно, можуть бути суперечки та конфлікти, а неусвідомлювані дискримінації діятимуть на рівні словесних стереотипів та м'якої упередженості, але вони аж ніяк не досягатимуть певної неприпустимої межі у взаємодії: стигматизації, групового булінгу та низки інших екстремальних форм міжгрупової взаємодії. Отже, негативні ефекти міжгрупової взаємодії, хоча й становлять її суттєві характеристики, але часто є прихованими, мінімальними, латентними, і в повсякденному житті їх не так просто помітити. Дослідники констатують, що в суспільствах поволі зникають расові, гендерні, вікові, етнічні стереотипи та упередження, однак вони все таки існують. «Старомодні упередження» трансформуються в більш завуальовані, «м'які» форми вияву (Dovidio, & Gaertner, 2010). Вони яскраво виявляються вже тоді, коли міжгрупові відносини перейшли в стадію конфлікту. Стереотипи стають більш екстремальними та стійкішими до змін (Hogg & Gaffney, 2018). В умовах же війни посилюються стигматизація, інфрагуманізація, з'являється кричуща дегуманізація зі сторони групи-агресора. Натомість зі сторони мирної групи – деіндивідуалізація групи-агресора, хоча тут не існує лінійних закономірностей (Скороход, 2020). Існують емпіричні дослідження, які свідчать, що зникнення упереджень у взаємодії дітей, яке стали нащадками покоління батьків, що були

жертвами геноциду та його виконавцями, нападниками, є складним процесом, обумовленим багатьма соціально-психологічними чинниками (Kang et al., 2022).

Крім асиметрії сприйняття аутгрупи та атрибуції їй вини до дискримінацій також призводить механізми ідентифікації груп та соціальної категоризації, а вони призводять до стереотипізації представників соціальних груп. До цього додається конкуренція між групами, часом – тісна кооперація, від якої залежать усі учасники взаємодії. Так, іншим поясненням дискримінативного характеру міжгрупової взаємодії є нормативна поведінка, коли актуалізується змагальна норма перемогти (Sherif, 1936; Tajfel, 1970). На рівні великих соціальних груп, на рівні держав суб'єктивне сприйняття їхньої взаємозалежності формує захисну агресію проти осіб з конкуруючих груп (Jing et al., 2017). Отже, існує декілька **причин виникнення упередженості та дискримінативної поведінки щодо чужих**: фрейдівське трактування посилення згуртованості інгрупи та її виживання, фундаментальний закон прихильності людини на користь власного Я, забезпечення позитивної самооцінки та атрибуція вини, соціальна категоризація та її наслідок – стереотипізація, нормативна поведінка людей в умовах конкуренції.

В умовах групової конфронтації дискримінації посилюється. Якщо йдеться про екстремальну взаємодію, ініціатором якої є одна із груп, то саме вона значно посилює асиметрію сприйняття аутгрупи, її упередження переростають у неприховану дискримінацію та значно перевищують звичні жарти та сарказми про «не своїх», м'яку інфрагуманізацію членів групи. Так, ще до війни соціологічні дослідження фіксували значне зростання упереджень росіян проти українців, і рівень цієї упередженості значно перевищував рівень негативних настановлень українців щодо росіян (Київський міжнародний..., 2021). А чому? Українці – мирна група, ми звикли жити, самостійно розв'язуючи власні проблеми, не перекладаючи їх на інші групи. Тому з початком російсько-української війни, а особливо – від початку повномасштабного вторгнення росіян в Україну, мирний світ українців перевернувся. Упродовж тривалого часу ми звикли жити без війни, звикли ідентифікувати себе з європейцями, благами цивілізації, сучасними досягненнями науки та техніки. Ми не лише користуємося в побуті сучасними гаджетами, подорожуємо світом, вважаємо свободу однією з головних життєвих цінностей, а й живемо з уявленням про безпечний світ, у якому відбулася кардинальна трансформація ставлення до війни. Метафора «закон джунглів», коли держави воювали між собою за нові території та витрачали значні частки власного бюджету на військові витрати, стала історичним надбанням (Harari, 2022). На зміну «економіці війни» прийшов світовий тренд «економіка миру». Останні 70 років прямих військових дій між наддержавами не було.

Взаємодія «Ми – Вони», «Свої – Чужі» тісно пов'язана зі взаємодією серед «Ми», тобто серед своїх. Якщо серед своїх панує злагода та порозуміння, якщо група вчасно та конструктивно спільно розв'язує групові завдання: навчається, працює, розробляє плани, досягає поставлених цілей, то навряд чи ця група буде мати діло, «присіпається» до іншої групи. Якщо в групі панує групова справедливість щодо оцінки внеску кожного окремого члена групи в спільну

справу, якщо групові ролі доповнюють одна одну, а члени групи цінують одне одного та дякують за їхню співпрацю, то навряд чи негативні емоції переважатимуть над позитивними в групі, а злість та невдоволення не будуть виплескуватися на сусідську групу. Якщо лідери групи ставлять реалістичні цілі функціонування групи та не обманюють її членів, між «верхами» та «низами» панує довіра, існують «соціальні ліфти», щоб рядові члени завдяки своїм здібностям та праці на спільне благо досягали лідерства, то навряд чи в групі відчуватиметься напруження у взаємодії, а члени групи не намагатимуться перейти до іншої групи. Якщо група виконує свої «материнські» та «батьківські» функції щодо піклування про своїх членів та їхнього захисту, то здоровий клімат групи сприятиме їхньому гуртуванню, а про аутгрупу їм годі й думати. Якщо ж потреби членів в їхньому визнанні, в позитивній самооцінці, в індивідуальній помітності серед інших фрустровані, то навряд чи взаємодію серед своїх можна буде назвати здоровою. Якщо агресія, що виникає в процесі інгрупової взаємодії, не знаходить виходу, то вона може зруйнувати інгрупу. Тому її спрямовують на іншу групу – аутгрупу.

Отже, в певний момент у групі виникає спокуса перекласти відповідальність за свої невдачі на інші групи. Виявиться безліч охочих, щоб пояснити, чому ж інша, стороння група винувата в невдачах усередині власної групи. Це підтримає самооцінку групи, відкладе розв'язання її нагальних, але непопулярних проблем, збереже лідеру статус у групі, пояснить негаразди. Так формується груповий егоїзм – досягнення групою своїх цілей за рахунок іншої групи, крадіжки її історії, духовних і матеріальних досягнень, витіснення цієї іншої групи з рівноправної взаємодії між групами, надалі – переведення в залежне становища від себе, а потім – експлуатація групи-жертви. Групове несвідоме створить міфологічну історію про статус кво такої несправедливої взаємодії, колективні емоції підтримають ці егоїстичні групові рішення. По суті, група перестає виконувати свої групові завдання, перестає працювати. З'являється нарцисичний лідер, який пропонує групі розв'язати її негаразди та взяти відповідальність за стан справ у групі безпосередньо на себе. І група з цим чудовим порятунком радісно погоджується. Однак, нарцисичний лідер не звик розв'язувати життєві проблеми, він зазвичай швидко перекладає вину на інших. І знову груповий егоїзм замикає коло нерозв'язаних проблем групи. Надалі групове мислення зробить віру в етичність групи непохитною, підживить стереотипний погляд на противника, захистить від небажаної інформації. Таким чином формуються упередження, а незабаром з'явиться ідеологія групи, яка раціоналізує таку позицію групи, щоб ні в кого з членів групи не з'явилося сумління та докорів совісті в неправильності інгрупових дій. Чи не є такий сценарій взаємодії між групами таким, що добре ілюструє російсько-українські відносини? Протягом багатьох століть російська імперія усіляко дискримінувала українців, стигматизувала носіїв української мови, знищувала українську інтелігенцію, відмовляла українцям в їхній ідентичності. Радянська ідеологія, як і будь-яка інша тоталітарна ідеологія та наразі яку наслідує РФ, спрямовувала та все ще спрямовує громадян на формування однорідного, слухняного суспільства, без визнання «випуклих» (термін, що часто використовується Ногг,

& Gaffney, 2018) національних, історичних особливостей населення, яке проживає на тих чи інших територіях. Ідеологія «руського міру» всіляко виправдовує війну, геноцид, тортури всіх тих, хто не хоче жити в її прекрасному паралельному світі «всіх руських проти тих, хто не руський».

Таким чином агресія, якої аж ніяк не можна уникнути всередині групи, стає супутником міжгрупової взаємодії проти іншої групи (Tajfel et al., 1979). Якщо аутгрупа територіально знаходиться далеко, не реагує на провокативну упередженість щодо неї, а ситуація в інгрупі «розжарюється», то дискримінація може стосуватися і «своїх». Групова агресія спрямовується на членів своєї групи, на якусь окрему «білу ворону» або ж на субгрупу «чорних вівць». Інгрупа може витискати в маргінальне поле міжгрупової взаємодії, межове між своїми та чужими, всіх тих, що порушує конформізм групи, трохи інакших, кого егоїстично вважають обтяжливими та непотрібними для групи, або просто тих, хто ситуативно попався під «гарячу руку». «Білі ворони», «чорні вівці» стають цапами-відбувайлами, які заміщують представників аутгрупи. «Субгрупу винуватих» можна умовно виокремити в інгрупі за будь-якою ознакою та виставити до неї «рахунок» за всі негаразди в цілому. Наприклад, у малій групі, як то шкільний клас, можна гуртом «наїхати» на тих, хто не вболіває за місцеву футбольну команду, а водночас і звинуватити їх і у програві самої команди: «От не прийшли та не підтримали, і наша команда програла». Негативні групові емоції знайшли об'єкт свого вияву.

Якщо в структурі середньої групи існують окремі малі групи, які мають негативну групову динаміку, то нерозв'язання проблем власного функціонування впливає на міжгрупову взаємодію всередині цієї середньої групи. Відбуваються усілякого роду групові компенсації членами групи власних негативних емоцій за рахунок інших груп: розвиток групового нарцисизму, вияву групового егоїзму, упереджень, а врешті-решт – групової агресії та конфліктів. Ті ж самі соціально-психологічні механізми можна спостерігати і на рівні великих соціальних груп, однак тут уже агресія виявляється у дискримінації інших соціальних груп, зазвичай менших територіально, за кількістю членів, історично залежних, слабкіших за агресора. Серед субгруп (аутгруп) обираються ті, які піддаються булінгу. Надалі дискримінація виливається у ксенофобію, війни та геноцид. Якщо соціально групи на рівні держави «заперті» в одну велику соціальну групу та не мають можливості розвиватися, реалізувати власні потреби як самостійного суб'єкта, то все це знову виноситься за межі групи: незадоволення виноситься на рівні міждержавної взаємодії на інші держави. Тут йдеться про етнокультурні групи, про умовні соціальні групи, які виокремлюються за соціальним статусом і положенням у державі, про стигматизовані релігійні, гендерні тощо групи, про домінантні в суспільстві групи та неавтономні, залежні від них. Територіальність додається до соціально-психологічних чинників групової конфронтації, бо ворогуючі групи мешкають на одній території. Конфлікт за територію може приховувати нерозв'язані проблеми функціонування груп.

Отже, на рівні великих соціальних груп, які територіально об'єднані, в умовах негативної міжгрупової динаміки зазвичай дістається мігрантам,

етнічним та релігійним групам. Так, нацисти Німеччини, прийшовши до влади в 1933 р., звинуватили євреїв, як окрему групу, яка на той час становила всього лише 2% населення країни та вважала себе насамперед громадянами Німеччини, а не окремою соціальною групою в її складі, в змові проти німців, у їхніх боргах і територіальних втратах після I світової війни, в економічній кризі. Дискримінації також були піддані роми, тяжко хворі люди, представники ЛГБТ-спільноти. Наразі російська пропаганда, поширюючи фейкові історії та провокативні тексти, намагається посіяти розбрат серед українців, формуючи субідентичність умовних груп: тих, хто виїхав за кордон, і тих, хто залишився в Україні; переселенців та місцевих; мешканців зони бойових дій та мирних територій; військових і цивільних. Під час війни люди відчують біль непоправних втрат, сум, лють, роздратування, тому всілякі російські ПСО мають на меті спрямувати ці дуже важкі переживання українців на них самих, примушуючи шукати серед своїх винуватих у бідах війни. Росіяни, які побудували свій «руській мір» та державу на пригнобленні інших народів та етнічних груп, та примусили їх забути про власну ідентичність та нанесені травми, тепер серед «своїх» мають величезний руйнівний потенціал заблокованої агресії. Несправедливість, образи, гнів мали знайти об'єкт, на який вони нарешті вилиються, і таки знайшли: сусідів-українців. І ця агресія росіян спрямувалась на представників «інших», не таких, як вони, українців, які мають бути покарані, які чомусь дозволяють собі добре жити, які невдячні росіянам, які винні в їхніх проблемах, страхах, негараздах.

Якщо група зазнала колективної травми, і ця травма не була опрацьована, то група з часом виявляє групові захисти. Механізми розщеплення, проєкції, проєктивної ідентифікації, заміщення, компенсації викривлено відображають зовнішній світ та збіднюють внутрішню реальність групи (Klein, & Riviere, 1964). Патологізовані групові процеси превалюють над здоровими, відкритими взаєминами. Оскільки в групі розвиваються патологізовані процеси та формуються групові захисні механізми, то невдоволення, агресія, роздратування перенаправляються на іншу групу, яка виконує роль *об'єкта*, на якого проєктуються почуття цієї першої групи. Непережиті групою травми війни трансформуються в «параноїдне опрацювання трауру», а захисні дії групи – в каральні (Steiner, 1986). По суті група переживає складну соціальну ситуацію за рахунок іншої групи.

Також формується явище групоцентризму (Kruglanski et al., 2006), коли група сприймається членом групи, як надважлива частина життя людини, коли у взаємодії надається безумовна перевага інгрупі, окрема людина в своїх діях обов'язково «озирається» на інгрупу. Групоцентризм, серед іншого, є наслідком уявних загроз ідентичності групи, а також «фундаментальним» запобіжником її розпаду. Групоцентризм співіснує з автократією, строго ієрархічними системами соціальної взаємодії. Там, де групова ідентичність поглинає індивідуальну, в колективістських культурах, існує більше дискримінації та упереджень.

Нарцисизм росіян, як великої соціальної групи, є одним із наслідків групоцентризму (Volkan, Javakhishvili, 2022). Йому протистоїть мережеве суспільство вільних громадян (Castells, 2006) – українців, де цінується свобода,

горизонтальні, а не вертикальні соціальні зв'язки, їм притаманне критичне ставлення до влади, презирство до авторитаризму та примусу (Starodubska, 2023). На самому початку повномасштабного вторгнення на окупованих територіях, коли було обмаль інформації, вони мало вірили росіянам, що «київська влада» капітулювала, а про них забули. «Ми є тут, ми і є влада», – говорили українці та самоорганізовувалися на місцях.

Неопрацьовані травми народів Росії, комуністичний терор, відсутність будь-якої внутрішньої роботи стосовно травм, нанесених іншим народам, певним соціальним групам, а також тих травм, яких зазнали самі росіяни, відсутність визнання та спокутування провини характеризують морально-психологічний клімат сьогоденної Росії. Ще до війни росіяни занадто любили оговорювати українців, проектуючи на них найбільш негативні та аморальні людські якості. Занадто часте, емоційне, пристрасне обговорення «темних або меншовартісних рис» (Юнг, 2019, с. 23) представників аутгруп є звичайною проекцією. Таким чином росіяни штучно підтримують імідж власної величі. При цьому вони виявляють деструктивні імпульси без жодної на те відповідальності (Чуніхіна, 2023). Такий перенос на чужу групу власних аморальних характеристик є на певний час «адаптивним» захисним механізмом соціальної групи росіян, інакше їм би прийшлося визнати, що це все про них самих, а за іміджем величі ховається пустота. Надалі цей механізм перестав виконувати свою адаптивну функцію, «кипіння емоцій» росіян, їхня агресія та невдоволення знесли «захисний дах» групи та вилилися у війну проти українців. Часті запитання агресора до мешканців окупованих українських територій: «Хто вам там красиво дозволив жити? Звідки ви берете гроші на добротне життя?», – лише підтверджують міфологічну велич росіян, викривлене сприйняття ними соціальної дійсності, хибні очікування щодо українців.

Сприйняття російсько-української війни групою-агресором та мирною групою також є парадоксально схожим. Так, для українців війна росіян проти них є загарбницькою, аморальною, а для самих українців – справедливою, моральною, визвольною. Водночас росіяни для себе інтерпретують цю війну як визвольну від «українських нацистів», священну, вимушену, але необхідну. Російські матері, відправляючи синів на війну, вважають, що вони роблять добру справу. Але феноменологія міжгрупової взаємодія буде по-різному виявлятися в групі, яка розпочала несправедливу війну, та групі, яка захищає свою територію, державу, гідність, життя. На противагу соціальній перцепції феноменологія посправжньому покаже сенси війни, її етичну сутність. Поводження з полоненими в українців та росіян кардинально різне. Взяття цивільного населення в заручники, викрадення та вивезення в РФ українських дітей, примусова російська паспортизація на окупованих територіях українців, їхня штучна асиміляція до «руського міру», тортури та геноцид українців, об'єктивно свідчать про сутність росіян та війну, яку вони розпочали.

В умовах війни в групі агресора посилюється фаворитизм, а членів аутгрупи, відповідно будуть дискримінувати в різний спосіб та за різними ознаками, що ми зараз і спостерігаємо. Виправдання агресором дискримінації легко переростає в геноцид групи, яка є жертвою агресії. У свою чергу, жахливі

наслідки геноциду, які навіть агресору важко сприймати, підпадають під дію його індивідуальних і групових захисних механізмів: «війна – річ жахлива, але що нам ще залишалося, у нас немає вибору». Страждання жертв мінімізуються (Leidner et al., 2010). Серед представників групи-агресорки активізуються стереотипи та упередження стосовно членів мирної групи, тобто тієї групи, яка не нападала. Упередження та стереотипи від суто когнітивних та емоційних процесів переходять на рівень поведінки, тобто їхньої реалізації у ході війни. Війна є формою екстремальної міжгрупової взаємодії.

Групове мислення та конформізм групи-агресора виправдовують смерті, знущання, грабежі, звалтування, депортації групи-жертви. Раціоналізації працюють на захист від мук совісті. Агресор традиційно представляє дегуманізацію не тільки як «виправданий, а й необхідний акт» (Чуніхіна, 2020, с. 316), агресор позбавляються Іншого (Volkan, 2021. Аутгрупова дискримінація є різко вираженою та асиметричною зі сторони агресора, а агресор, дегуманізуючи жертву, сам втрачає людські якості.

Члени мирної групи, звісно, також посилюють феноменологію міжгрупової взаємодії. Насамперед активізуються процеси ідентифікації «свій – чужий». В інгрупі зменшується поляризація, зростає єдність, згуртованість, солідарність. У культурному, історичному, правовому, соціальному полях взаємодії відбуваються процеси розмежування з ворогом: «усе чуже – не наше». Ворог оцінюється узагальнено та стереотипно, індивідуальні девіації серед членів агресора «хороших людей» не сприймаються та не розглядаються членами мирної групи, бо «побутова, повсякденна моральність» хороших людей аж ніяк не конфліктує з їхнім груповим злякисним нарцисизмом, сприйняттям розглядати інших соціальних груп як нерівних їм, як залежних від них.

Чи посилюється фаворитизм у мирній групі? Так, звісно. Але оскільки мирній групі непотрібно посилювати свої захисні механізми, щоб виправдовуватися у веденні війни, тому що її війна справедлива, то її сприйняття дійсності не є хибним та викривленим. Недоліки поведінки своїх будуть помічатися, виноситися на публічне обговорення, а історична пам'ять інгрупи аналізується та визначається як чинники перемог або поразок у визвольній боротьбі проти агресора. Звісно, що в демократичній мирній групі вияви фаворитизму будуть різнитися від вияву в авторитарній.

Чи зростає в мирній групі дискримінація представників групи-агресора? Українці в міжгруповій взаємодії з росіянами послуговуються правовими актами держави, які виключають будь-яку економічну, дипломатичну, політичну, релігійну тощо діяльність агресора на території мирної групи, тобто таким чином у відкритий і декларований спосіб відбувається виключення діяльності певних осіб та організацій, які є представниками ворожої групи, на території мирної групи. Чи є це дискримінацією? Ні, бо разом із закриттям, ліквідацією різних соціально-економічних, політичних структур, які належать ворогові, зникає і соціально-психологічне підґрунтя для утисків та підбурювань серед пересічних представників мирної групи щодо представників ворожої. Виразна та однозначна позиція мирної групи та її лідерів є запобіжником непрямой стихійної дискримінації проти таких «проворожих» субгруп, а також нагнітання

протистояння серед своїх (сварки, бійки, самосуди), Ідентифікаційні процеси на «своїх – чужих», чіткі правила взаємодії в групі, яка захищається від агресора, стають на заваді «внутрішнім розломам», поляризації, диференціація членів групи на субгрупи. Бо формування субгруп передбачає і формування окремішньої субідентичності, відмінної від ідентичності цілої групи.

Група-агресор начебто не має причин посилювати ідентифікаційні процеси серед своїх членів під час війни. Зазвичай у групі-агресорці підтримується штучна гомогенність поглядів, очікувань, соціальних репрезентацій. Однак, готуючись до війни, її лідери формували єдність за рахунок плекання упереджень та ненависті до майбутньої групи-жертви. Проте сформована не на внутрішніх, а на зовнішніх засадах єдність групи-агресора, неповага та внутрішня дискримінація субгруп становлять потенційні ризики розпаду групи та, поразки у війні.

У контексті обговорення процесів переростання інгрупової взаємодії у міжгрупову заслуговує на окрему увагу заслуговує досить поширена в суспільстві соціальна репрезентація про посилення згуртування громадян за наявності зовнішнього спільного ворога. Це започатковане З. Фрейдом уявлення про чинники об'єднання групи лише за рахунок ворога стосується насамперед тих великих соціальних груп, які неспроможні розв'язувати внутрішні групові конфлікти, яким загрожує розпад та неконтрольована всередині групи агресія. Групи, яким притаманна чітка та виразна ідентичність (Wagoner, & Hogg, 2016), соціальні індивіди, які здатні пережити амбівалентні почуття, які беруть відповідальність за реальні або уявну шкоду іншим (Klein, & Riviere, 1964), які здатні чесно визнати провину перед іншими, які цілісно відображають міжгрупову реальність взаємодії, згуртовуються насамперед на основі групових цінностей, спільної долі, гармонійної ментальної картини світу.

Особливої значущості в контексті міжгрупової взаємодії під час війни набирає питання використання мови як маркера ідентичності мирної групи. Коли одна із субгруп говорить мовою ворожої групи, то вживання цієї мови в публічному просторі викликає різні суперечливі емоції у тих членів мирної групи, які говорять державною та рідною мовою більшості. Тут можуть виникати суперечки, як публічні, так і приватні, напруження та конфліктні ситуації взаємодії. Вживання мови агресора асоціюється з самим агресором, а крім того агресор використовує мову як зброю інформаційної війни проти мирної групи, а також як причину збройної війни з метою захисту «свого» населення, яке начебто дискримінується за мовною ознакою.

Виявом постколоніальної психології (Atallah, & Dutta, 2023) є той випадок, коли певна умовна субгрупа послуговується нерідною мовою, використовує мову агресора та ще й уперто відстоює своє право говорити цією мовою. Це свідчить про залежний поневолений статус людини, про ідентифікацію з агресором та набуття вищого соціального статусу в суспільстві за допомогою зміни рідної мови на нерідну. Якщо перехід на мову агресора відбувся ще й за декілька поколінь у родині, то існує велика ймовірність того, що нащадки будуть вважати цю мову рідною. Усвідомлення власного історичного коріння формування національної та державної ідентичності, ідеологічних причин

переходу на вживання нерідної мови та свідоме рішення про повернення до вживання рідної мови має стати однією з умов формування згуртованості мирної групи. Це і стане внеском кожного члена мирної групи у перемогу над ворогом.

Водночас субгрупи, які вживають мову агресора, можуть відрізнитися тим, чи є для них ця мова рідною, історично притаманною групі людей, які проживають на певній території, або нерідною, нав'язаною ідеологією групи-агресора. У першому випадку мова є маркером збереження національної ідентичності для субгрупи, а перехід на використання державної, але нерідної для неї мови, пов'язаний зі страхом втратити цю ідентичність (Васютинський, 2008). І такі почуття зрозумілі. Однак вживання та вияв поваги до державної мови жодним чином не суперечить вживанню рідної мови. Співрозмовники в процесі комунікації мають визнавати наявність різних емоцій, які можуть супроводжувати вживання нерідної мови, з одного боку, а з іншого – мови агресора. Установлення в мирній групі чітких правил взаємодії стосовно контекстів використання мови стане запорукою відсутності будь-якої дискримінації, прямої або непрямой, явної або прихованої, однієї групи іншою. Так, публічний або приватний простір взаємодії, звертання співрозмовника або відповідь на звертання є критеріями вживання державної або недержавної мови в тих чи інших ситуаціях соціальної взаємодії. Крім того в умовах війни вживання державної мови тими представниками субгруп, для яких вона не є рідною, є символом солідарності усієї мирної групи. Під час російсько-української війни це є своєрідною відповіддю «руському міру».

Умовно динаміку екстремальної міжгрупової взаємодії можна розбити на декілька етапів: 1) міжгрупові вербальні упередження мають симетричний характер, як в інгрупі та аутгрупі стереотипи та упередження виконують адаптивну функцію, компенсують негаразди груп та прорахунки їхньої «виразної помітності»; у взаємодії задіяні адаптивно-феноменологічні та перцептивно-регулятивні механізми; 2) міжгрупові упередження внаслідок дій однієї з груп стають асиметричними, ця група декларує дискримінативну ідеологію щодо іншої; у взаємодії задіяні механізми атрибуції вини; 3) агресія ворожої групи знаходить свій вияв серед «своїх», спрямовується на цькування або стигматизацію окремих своїх членів або субгруп (булінг або дискримінація «інакших», мігрантів, етнічних груп тощо), у цій групі посилюються негативні соціальні явища; групи-агресор організовує інформаційну війну проти мирної групи-мішені; у взаємодії задіяні динамічно-регресивні та дезадаптивно-феноменологічні механізми 4) відносини між групами набирають ворожості та переростають у відкриту агресію, війну, геноцид; група-жертва посилює ідентифікаційні механізми, а група-агресор і надалі вдається до дезадаптивних групових захистів. Отже, стисло означимо **етапи екстремальної міжгрупової динаміки**, як симетрично-адаптивний, асиметрично-компенсаторний, асиметрично-агресивний, симетрично-ворожий.

Отже, загалом групи конкурують одна з одною *за ресурси та престиж*; вони почуваються *вищими* відносно інших та мають негативні стереотипи щодо одна одної; вони поведуться, варіюючи міру у способах, якими *дискримінують або стигматизують аутгрупу*; і вони *захищають свою ідентичність* відносно

категоризації та групові атрибуції, що виявляється в групоцентризмі, віктимізації та нарцисизмі групи, коло замикається (рис. 4).

Якщо в групі відсутні запобіжники нездорової групової динаміки, якщо група не помічає проблем, не працює над їх розв'язанням, якщо лідери груп нарцисично мріють лише про велич, то надалі негативні процеси будуть поглиблюватися як у групі, так і у міжгруповій взаємодії. Групова феноменологія перестає виконувати свою тимчасову адаптаційну функцію. Колективні травми групи, пригноблені групові емоції, неосмислені та непроговорені групою почуття несправедливості посилюють деструктивну міжгрупову взаємодію. Дезадаптивні механізми групового захисту хибно відображають міжгрупову взаємодію. Надалі ці перекоси взаємодії укріплюють дискримінацію, вона перетворюється у фанатизм, стигматизацію, самосуди, лінчування, погроми, булінг, екстремальний етноцентризм, расизм, сексизм, дегуманізацію, ксенофобію, війну та геноцид.

Міжгрупова взаємодія є відображенням внутрішньогрупової. Якщо проблеми всередині групи не розв'язуються, то міжгрупова взаємодія продовжує за межами групи внутрішньогрупову, компенсує її недоліки. На противагу цьому, групова відкритість та автономність групи, розв'язання нею внутрішньогрупових проблем та досягнення спільних цілей діяльності сприяє солідаризації груп, гармонізації групових відносин, моральності суспільства.

Саме аутгрупові процеси показують справжню сутність інгрупових, саме тому в моделі динаміки міжгрупової взаємодії, як не парадоксально, вони посідають центральне (внутрішнє) місце у взаємодії (рис. 4). Війна стає мірилом етики взаємодії однієї групи з іншою.

1.3. Міжгрупова взаємодія в умовах війни: чому і як виникають колективні травми (Горностай П. П.)

Одним з істотних наслідків війни є колективні травми населення, постраждалого від наслідків воєнної агресії. Що таке колективна травма? Чим вона відрізняється від індивідуальної?

Характеристикою колективної травми є її масовість, травмованість великої кількості людей. Ми часто користуємось близькими поняттями – *соціальна травма, національна травма, культурна травма* та іншими (Горностай, 2021). Найбільш травмовані ті, хто безпосередньо отримав індивідуальну травму: бійці ЗСУ, які були поранені або стали свідками смерті побратима (особливо, в несприятливих умовах, наприклад, тактичної поразки, відступу); мирні мешканці, які зазнали катування, фізичного або психологічного знущання, були зґвалтовані, або потрапляли під нищівні удари ракет чи снарядів; ті, хто пережив загибель когось з рідних чи дуже близьких, або втратив майно. Але важливою ознакою колективної травми є те, що вона зачіпає не лише їх, травмується все суспільство через травматичне переживання подій, через співпереживання тим, хто найбільше постраждав, через зміну картини світу, зруйнованої війною, через болісну трансформацію власної ідентичності.

Війна – це крайня форма конфліктної міжгрупової взаємодії, коли відкидаються всі обмеження, і метою кожної з ворогуючих сторін стає знищення

суперника (Горностай, Чорна, 2022; Чорна, 2021а). Епіцентр цього протистояння припадає на лінію зіткнення збройних сил, де безпосередньо ведуться бойові дії. Їх учасники безумовно отримують безліч фізичних і психологічних травм, одним з наслідків яких є *посттравматичний стресовий розлад* (ПТСР). Він потребує втручання фахівців для їх лікування. Це досить специфічна форма допомоги, для здійснення якої треба володіти відповідною фаховою кваліфікацією.

Але в бойових діях бере участь лише невелика частина суспільства, більшість людей не отримує бойових травм, але тим не менш потребує психологічної допомоги. Та частина соціуму, яка не воює на фронті, все одно бере участь у міжгруповій взаємодії, як безпосередньо (спілкуючись з родичами і знайомими, які представляють ворожу сторону, проявляючи активність у соціальних мережах), так і опосередковано (слухаючи вражаючі історії, спостерігаючи за новинами), вони психологічно приєднуються до інших учасників і формують своє емоційне ставлення до дійсності, до жахливих травмівних подій, до різноманітних страхів, спричинених війною.

В такому вирі подій, де все є непередбачуваним, не залишається байдужих. Кількість емоцій і почуттів, які виникають в житті під час війни, дуже сильно перевищує норми, характерні для мирного життя. Це, звичайно потребує значно більших ресурсів особистості, щоб впоратись з цим. А це виснажує, травмує психіку, робить її дуже вразливою до всього. У великій кількості людей також починають спостерігатися ознаки ПТСР, але їх генеза відрізняється від розладів людей, які отримали тяжке безпосереднє травмування. Більшість людей не мають, на щастя, такого досвіду, проте психологічне травмування відбувається і у них.

Існують такі **основні механізми утворення колективної травми**: це інформаційне зараження, вторинний травматичний стрес і пролонгація травми в часі. Спробуємо пояснити їх детальніше.

Інформаційне зараження. *Інформаційну травму* можна вважати окремим видом індивідуальної чи колективної травми, коли інформація здатна травмувати психіку, руйнуючи картину світу людей або вселяючи панівний страх. Це завжди використовувалося в усіх інформаційних війнах. Але інформаційна травматизація в більшій чи меншій мірі супроводжує всі інші види та форми колективних травм, є їх обов'язковим компонентом і важливим чинником поширення травми в популяції. Власне, інформаційна травматизація виступає одним з механізмів, за допомогою якого травма перетворюється на колективну, тобто притаманну всій групі, навіть якщо окремі її члени не зазнали прямої травматизації.

Інформаційна складова будь-якої колективної травми може стосуватися людей, що безпосередньо не зазнали травмівної дії. Кожна травмівна подія, особливо така, що спричиняє колективне травмування (жахлива, масована, з тяжкими наслідками), завжди починає поширюватись в інформаційному просторі. Важливим чинником такої інформації є її *вірусність*, тобто здатність тиражуватись за принципом ланцюгової реакції, коли кожний її споживач перетворюється на активне джерело подальшого поширення. Завдяки цьому травмівна інформація швидко заповнює інформаційний простір, стає

домінуючим емоційним фоном суспільного життя. В цьому активну роль відіграють медіа. Чим більше інформаційне поширення і чим більш наочною є ця інформація (з натуралістичним поданням травмівної події, страждань конкретних жертв, «образністю» показу), тим швидше іде процес переходу індивідуальних травм в колективну. Велика частина людей починає переживати інформаційний стрес.

Вторинний травмівний стрес. Тут, власне, запускається другий механізм колективної травматизації – *вторинний травмівний стрес*, який також здатний провокувати симптоми посттравматичного стресового розладу. Вторинний травматичний стрес є реакцією на інший стрес (травму), яка трапляється з іншими людьми і в іншому місці. Тут інформаційний компонент має надзвичайне значення, можна навіть стверджувати, що даний вид стресу є по суті інформаційною травматизацією.

Вторинний травматичний стрес поширений і в бойових умовах. Типовою є ситуація, коли боєць травмується тим, що бачить на полі бою, що є початком ланцюжка колективної травматизації. Це нормальна реакція, оскільки будь-яка травма здатна викликати стрес тієї чи іншої міри та сили. В психотерапевтичній літературі приклади такої травми описані з використанням метафори «травматизм вітру гарматних ядер». Так, А. А. Шутценбергер пише про травматичний шок у відступаючих солдатів армії Наполеона, які ніби відчували вітер гарматного ядра, що вбивав чи калічив тих, хто був поряд (Шутценбергер, 2005, с. 40).

Одним з видів цього стресу є *травма свідка*, тобто травма, що утворюється від сприймання іншої травми. Свідок не є учасником травмівної події, але є уразливим суб'єктом для поширення травми в більшій групі. Особливостями травми свідка є почуття безсилля через неможливість втрутитися та допомогти, і пов'язані з цим почуття провини і сорому.

Якщо людина не справляється з травматичним стресом (неважливо – первинним або вторинним), якщо відбувається повторна (а тим більше – багаторазова) травматизація, можуть розвиватися найрізноманітніші психологічні та психосоматичні проблеми, в тому числі і ПТСР. Вторинний травматичний стрес відіграє важливу роль в розширенні популяції ПТСР, в поширенні його серед більш широкого загалу, ніж безпосередньо травмовані. За певних умов це може набувати масового характеру і стає причиною колективних травм, охоплюючи часто все суспільство.

Пролонгація травми в часі та її міжпоколінна передача. Охоплення травмою великої групи, у свою чергу, спричиняє її відображення в колективній психіці, в різноманітних формах і різними засобами: у всіх видах медіа (включаючи соціальні мережі), стає важливою, а часом і домінуючою тематикою у різноманітних сферах спілкування (від повсякденного до професійного), стає предметом численних публікацій, потрапляє в суспільно-політичні практики. Завдяки цим процесам травма інтегрується в структуру колективної (з часом – історичної) пам'яті великої групи. Відбувається пролонгація травми у часі, що уможливорює її передачу іншим, в тому числі і наступному поколінню, перетворюючи її на *історичну травму*.

Такі закономірності найбільш характерні для травм, які під час поширення інформації про них не опрацьовуються, не зцілюються, а лише тиражуються негатив (інколи – заради сенсації). В таких умовах нове покоління людей, які народжуються вже після травмивної події, немовби потрапляє в атмосферу історичної травми і має всі ризики отримати ознаки травмування, характерні для попереднього покоління. Отже відбувається трансгенераційна (міжпоколінна) передача травмивного досвіду, що закріплюється в історичній пам'яті, культурі і актуалізується в нових історичних реаліях. Тут уже мова йде не про індивідуальну травмованість, можна зробити висновок про травмованість всієї соціальної групи.

Існують певні чинники тяжкості колективної травматизації та її наслідків. Ними виступають сукупності умов, які можна представити у вигляді таких **принципів оцінки тяжкості травми**.

Принцип значущості. Травмивним чинником є значущість події, масштаб трагедії, сила травматизації – кількість загиблих та постраждалих, значимість загиблої особи (у разі трагічної загибелі суспільного лідера). Даний принцип діє сильніше, якщо працює механізм інформаційного зараження. Щоб величина трагедії стала чинником колективної травми, треба, щоб про неї дізналося, як можна більше людей. Проте, замовчування травмивної події в медіа не завжди зупиняє розвиток колективної травми, оскільки інформація здатна поширюватись іншими каналами, в тому числі і в груповому несвідомому. Так, замовчування правдивої інформації про такі трагедії, як Голодомор 1933 року, Чорнобильська катастрофа 1986 року та інші трагічні події радянської дійсності не завадило тяжкості цих колективних травм.

Принцип справедливості. Травмивним чинником є рівень несправедливості під час травматизації, порушення справедливості в уявленні людей, ступінь невинності загиблих, а також безкарність агресора. Навпаки, справедливість дій знижує травмованість. Цей принцип має два вектори – спрямовані на дії агресора і на поведінку жертви. Так, агресивний напад однієї держави на іншу поєднує несправедливість дій агресора (що підвищує травмованість, в тому числі, і у агресора, як це не дивно) і справедливість спротиву жертви (що знижує травмованість, за умови виконання принципу активності). Приклади: геноцид сприймається, як більша несправедливість, ніж загибель під час стихійного лиха; знищення терористів під час операції звільнення заручників вбачається більш справедливим, ніж загибель заручників. Велике значення має факт, хто є агресором – представник «своєї» чи «ворожої» групи (від «свого» отримати травму набагато болючіше, бо несправедливо).

Принцип активності. Травмування тим сильніше, чим пасивнішою є жертва (часто вимушено), чим менша можливість протистояти травмивній силі (суб'єкту), чим менша здатність (можливість) чинити опір. Згідно цього принципу найбільш травмивними є випадки, коли жертви цілком позбавлені можливості бодай якогось захисту, наприклад, знищення в'язнів концтаборів, терор голодом при блокуванні всіх можливостей порятунку. Приклади: Загибель навіть великої кількості воїнів на полі бою під час активного виконання бойового завдання, менш травматична для суспільства, ніж загибель мирних мешканців

від удару ворожої ракети. Загибель у концтаборі є більш травматичною, ніж на полі бою. Звичайно, і в концтаборі мав місце героїзм, були випадки опору, повстання. Але там де це відбувалося, там зменшувалася сила травми, навіть якщо гинули люди.

Принцип переживання. Травмівним чинником є неможливість (нездатність або пряма заборона) емоційного відреагування постраждалими, що залишилися живими, та їх нащадками – відкритого прояву почуттів з приводу трагічних подій. Спочатку – це вираження гніву і захисна агресія, потім – оплакування загиблих, сумування. Травма виходить за межі одного покоління в разі відсутності (через заборону або замовчування) колективного переживання. Це посилюється і відсутністю опосередкованого зцілення – ритуалізації трагічних подій та їх окультурення, наприклад, створення меморіалів, опису у творах мистецтва, відзначення річниць тощо. У віддаленій перспективі прояв цього чинника виступає критерієм «опрацьованості–неопрацьованості» (або неможливості опрацьовання) колективної травми.

1.4. Міграція як воєнна реальія (Коробанова О. Л.)

Міграція під час війни як вимушене переміщення. Під час війни великі групи людей, здебільшого слабко соціально захищені, переміщуються у більш безпечні місця в межах країни або за кордон. Так і відбулося в Україні з початком повномасштабної російської навали в 2022 році. Однак, переміщалися не лише соціально незахищені, а й усі ті, хто зазнав воєнної небезпеки та не в змозі фізично протистояти агресії росіян. Такими особами стали жінки з дітьми, люди похилого віку. Часто частина родини мігрантів залишилася вдома. Масова волонтерська допомога у вивезенні до безпечних територій та прилаштуванні на новому місці тих, хто не мав соціально-психологічних та матеріальних ресурсів зробити це самостійно, стала «соціальним клеєм», який згуртував українців, дав можливість відчутти себе єдиним цілим.

Отже, військові події спровокували масштабну масову вимушену **внутрішньодержавну міграцію** (переміщення біженців у відносно безпечні області України) та **міждержавну міграцію** – здебільшого в країни Західної Європи. Такими біженцями стали здебільшого жінки з дітьми. Варто наголосити, що міграція українців стала їхнім вимушеним переміщенням під впливом реальних загроз життю та в складних, стресових умовах. Вимушене переміщення – феноменологічний термін, який засвідчує той факт, що через різні випробування люди більше не сприймають особистий простір, як дім, придатний для життя, змушені виїхати зі свого дому та шукати інше місце проживання. Втім, якщо б ці люди мали вибір, то вони б не покинули свої домівки (Пападопулос, 2023). «Потреба у самозбереженні» (Слюсаревський, & Блинова, 2018) стало рушійною силою міграції українців.

При масовому переміщенні територіальні виміри повсякденного життя соціального індивіда стають більш помітними, набувають рельєфних проявів під час зміни місця проживання. Дійсно, швидко, іноді миттєве, прийняття українцями, які стали згодом мігрантами, рішення про покидання свого постійного місця помешкання (від'їзд, навіть піше покидання небезпечної

території), хаотичні збори в дорогу, а часто і відсутність таких зборів, власне переміщення – небезпечна дорога, невідомість та невизначеність щодо того, куди саме їхати, свідчать про міграцію, як вимушену, небажану, раптову, спричинену екзистенційними чинниками – загрозами життю. Звична картина світу українців абсолютно несподівано змінилася. Ще декілька годин або діб до моменту від'їзду ніхто не планував далекої дороги та залишення рідної землі на довгий час. Багато хто вірив, що через тиждень-два повернеться назад. Деякі українці в перші години війни вирішили, що їхнє переміщення в сільську місцевість, на дачі, в заміські будинки, подалі від великих міст врятує їх від війни, натомість вони опинилися або в окупації, або в зоні бойових дій. Втеча, часом переховування, фільтрації на блок-постах російських загарбників сприймалися ще вчора абсолютно вільними в переміщенні в межах Європейського Союзу українцями, як приниження та втрата гідності. Обстріли, загибель рідних і близьких, втрата майна та звичного соціального середовища стали тими чинниками, коли переміщення з рідної домівки на інші, безпечні, але чужі, території стало не просто вимушеним, а й єдиним, без інших варіантів, шляхом збереження життя. Хронотоп життя українця, його просторові та часові характеристики, неочікувано та різко змінилися. Стабільність життя та впевненість у майбутньому, які забезпечувала територіальна ідентичність, відчуття «рідної землі», порушилися та зазнали загроз. Складне рішення про міграцію супроводжувалося травмами війни.

Отже, події, які спонукають людей до міграції, зазвичай є достатньо вагомими і можуть нести загрозу їхньому життю.

Перш ніж перейти до опису феноменології міграції у воєнний час, стисло наведемо визначення основних суб'єктів вимушеного переміщення в соціальному просторі міжгрупової взаємодії.

Мігранти – оскільки під міграцією розуміють переселення, тобто територіальне переміщення населення, пов'язане зі зміною місця проживання та перетином кордонів – не тільки державних, а й адміністративних, то мігрантами є люди, що стали учасниками таких переміщень. Психологічний аналіз міграції стосується індивідуальної мотивації мігрантів; особистісних чинників, що впливають на соціально-психологічну адаптацію в інших етнічних та культурних умовах; соціальної взаємодії, що зумовлюють почуття безпеки або провокує тривогу; поінформованості щодо можливого працевлаштування; референтних груп мігрантів; психологічне здоров'я мігрантів (Слюсаревський, & Блинова, 2018). Залежно від напрямку переміщення мігрантів серед них розрізняють емігрантів – тих, хто виїхав з рідної країни, регіону, території, краю, та іммігрантів – тих, хто, навпаки, в'їхав з іншої країни, регіону, краю тощо; чужоземці, що переїхали до іншої країни на постійне проживання (Словник української мови. Академічний тлумачний словник (1970-1980)).

Внутрішньо переміщені особи (ВПО) – це громадяни України, іноземці або особи без громадянства, які перебувають на території України на законних підставах та мають право на постійне проживання в Україні, яких змусили залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації,

повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру (ЗУ «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб»). Отже, статус ВПО в Україні закріплений на законодавчому рівні

Переселенці – люди, які переселилися на інші території та змінили місце помешкання. По суті, переселенці є синонімом терміну «мігранти», але серед українців більш зрозумілим є поняття «переселенці». На відміну від ВПО переселенці (мігранти) можуть мати особисті обставини переїзду та, відповідно, не мати офіційного статусу ВПО. У повсякденному спілкуванні особи, які мають статус ВПО, місцевими можуть ідентифікуватися, як переселенці, хоча й мається на увазі вимушене переселення, наразі внаслідок воєнних загроз.

Біженці – це особи, які «внаслідок обґрунтованих побоювань стали жертвою переслідувань за ознаками раси, віросповідання, національності, громадянства (підданства), належності до певної соціальної групи або політичних переконань; перебувають за межами країни своєї громадянської належності та не можуть користуватися захистом цієї країни належності, або не бажають користуватися цим захистом внаслідок таких побоювань (Конвенція ООН про статус біженців 1951 року). Це законодавче визначення біженця може набувати іншого змісту в повсякденній комунікації, бо асоціюється з образом людини, яка вимушено тікає подалі від війни та насилля (Прайтлер, 2022), «біжить» за кордон своєї країни.

Особи, які потребують тимчасового захисту - іноземці (в нашому випадку українці за кордоном) та особи без громадянства, які масово вимушені шукати захисту в іншій країні внаслідок зовнішньої агресії, іноземної окупації, громадянської війни, зіткнень на етнічній основі, природних чи техногенних катастроф або інших подій, що порушують громадський порядок у певній частині або на всій території країни походження (Роз'яснення щодо тимчасового захисту..., 2022).

Отже, наразі українці за кордоном – це вимушені мігранти, які перебувають під тимчасовим захистом країни, до якої вони виїхали. Тут йдеться про зовнішню, міждержавну міграцію. Вживання терміну «біженці» до цієї категорії громадян України є не зовсім доречним. Внутрішньо переміщені особи – це вимушені мігранти, які перебувають під захистом української держави, і тут йдеться про внутрішньодержавну міграцію. Якщо транслювати змісти міграцію в тезаурус взаємодії на рівні великих соціальних груп, то в першому випадку йдеться про міжгрупову взаємодію, а в другому – про внутрішньогрупову.

Соціально-психологічна адаптація мігрантів. Адаптація мігрантів розгортається як активний процес пристосування до соціального середовища, здійснюваний шляхом пристосування до існуючих суспільних вимог і норм (Галецька, 2005).

Процеси адаптації мігрантів супроводжує **аккультурація**, вона належить до змін, яких зазнають люди в міжкультурних контактах, і її довгостроковим результатом є успішна адаптація на новому місці помешкання. Аккультурація – це процес, що вимагає зусиль як від мігрантів, так і від соціального середовища, до якого вони емігрували, і полягає у взаємовпливі культур та сприйнятті

повністю чи частково культури іншої країни. Врахування особливостей приймаючого середовища, характеристик домінуючої етнічної групи, потрібне для того, щоби визначити перебіг взаємодії представників різних етнічних груп. Дотичним є поняття **інтеграції**, яку визначають, як процеси зближення, з'єднання, об'єднання у єдине ціле різних суспільних елементів, а також певний рівноважний стан соціальної системи, досягнений в результаті розгортання зазначених процесів (Злобіна, Шульга, Бевзенко, 2016). Термін «реінтеграція мігрантів» підкреслює роль трансформації старих соціокультурних моделей взаємодії, які були йому притаманні на Батьківщині, в нові, характерні для приймаючого суспільства.

Існують чотири **моделі акультурації та соціально-психологічної адаптації** мігрантів, що були виокремлені В. Куо (2014) за результатами емпіричних досліджень, а саме:

1) багатовимірна модель «стрес-медіація-результат» (Cervantes, & Castro, 1985), у якій розглядаються взаємозв'язки між стресом, стресовими реакціями та наслідками для психічного здоров'я мігрантів; ця модель концептуалізує культурну адаптацію як взаємодію п'яти чинників: потенційних стресорів (1), їхньої оцінки мігрантом (2), внутрішніх і зовнішніх проміжних змінних (медіаторів) взаємодії (3 і 4) та копінгів долаання стресу (5); медіатори розуміються як особистісні риси мігранта, його прихильність до традиційних цінностей рідної культури та мови, наявність підтримуючих сімейних зв'язків, релігійної та духовної приналежностей, належного соціоекономічного статусу, доброзичливих стосунків за місцем роботи, доступних сервісів у сфері здоров'я тощо. За допомогою впливу на медіатори взаємодії можливо поліпшити адаптацію мігрантів;

2) модель структури стратегій акультурації (Berry, 1997, 1999), відповідно до якої мігранти, вступаючи в соціальні контакти з місцевими мешканцями, взаємодіють із різними уявленнями, які моделюють їхню поведінку та погляди на країну, яка їх приймає, а також досвід, якого вони набувають; базуючись на співвідношенні двох вимірів культурного контакту (чи є цінністю підтримання власної ідентичності мігрантом (1) та чи є цінністю підтримання взаємин із спільнотою, яка приймає мігранта (2)), виокремлено чотири **стратегії акультурації**: асиміляція, інтеграція, сепарація і маргіналізація;

3) модель «стрес-оцінка-копінг» (Castro & Murray, 2010) базується на дослідженнях життєстійкості та подолання стресу, концептуалізує копінг і кроскультурну адаптацію у часових рамках; згідно цієї моделі адаптація нових мігрантів має такі складові: умови на батьківщині, міграційний контекст, нове середовище, складні події, адаптаційні реакції, зворотна міграція, короткочасна або довгострокова адаптація; соціокультурна інтеграція або асиміляція;

4) модель подолання стресу для тих іммігрантів, які ними стали нещодавно (Yakushko, 2010); модель спрямована на подолання труднощів акультурації / культурної адаптації, яка складається з таких п'яти складових:

- причинні умови міграції – причини, статус і очікування, пов'язані з переселенням;
- центральний феномен моделі – джерела і типи стресу;

- засоби подолання стресу – конструктивні і деструктивні копінги подолання;
- контекст – індивідуальний, сімейний, суспільний;
- втручання в ситуацію – доступні ресурси і специфічні для даного контексту цінності, а також, результат акультурації.

У наведених моделях, трьох із чотирьох, крім моделі Berry (1997, 1999), поєднані соціокультурні чинники адаптації та копінг-стратегії додання стресу. Саме в цих трьох моделях доведено зв'язок між соціально-психологічною адаптацією мігрантів та їхнім психологічним благополуччям (Martinet, & Damasio, 2021).

Хоча автор класифікації моделей Куо (2014) розмежовує акультурацію та соціально-психологічну адаптацію, але на практиці ці процеси поєднані. Акультурація означає взаємовплив домінуючої національної культури та культури мігрантів або їхнє співробітництво а, отже, збереження культури останніх. Акультурацію протиставляють асиміляції мігрантів, коли вони добровільно відмовляються від власної етнічної/національної/культурної ідентичності. Зауважимо: залежно від специфіки інтеграційних процесів на новому місці помешкання соціального індивіда говорять про адаптацію у всіх її різновидах, аж до повної інтеграції в новий соціум (бі- та мультикультуралізм), або ж про асиміляцію, сепарацію та маргіналізацію (Плющ, 2020). Якщо умовно-схематично тлумачити співвідношення понять акультурації/асиміляції, то до цих нормативно-поведінкових аспектів міжкультурної взаємодії додається внутрішня психологічна адаптація мігранта, і таким чином відбувається соціально-психологічна (або соціокультурна та психологічна) адаптація (Berry, 1997, 1999). Варто також зазначити: існують підходи, які розглядають адаптацію, акультурацію/асиміляцію та інтеграцію мігрантів як певну послідовність процесів (Cormos, 2022). Таким чином, **на адаптацію мігранта впливають такі два основні чинники:** 1) взаємодія мігранта з соціумом та культурою, які його приймають, 2) психологічні чинники: оцінка мігрантом стресорів, його індивідуальні копінги додання стресу. Якщо розглядати міграцію в контексті міжгрупової взаємодії, то тут найбільшою мірою буде насамперед спрацьовувати механізм взаємодії індивідуальних очікувань мігранта, як представника певної соціальної групи, та групових очікувань щодо його поведінки від соціальної групи, умовної чи реальної, яка приймає мігранта. У цьому контексті постає питання щодо ідентичності мігранта (національної, громадянської, професійної, релігійної, духовної), бо ідентичність формується та підтримується соціальною групою. Оскільки мігрант вирваний із свого звичного соціального середовища, найближчого соціального середовища взаємодії, яким зазвичай є мала група, то ця його невизначеність соціального статусу на новому місці помешкання і становитиме основне джерело його стресових переживань. Мігранту також необхідно визначитися, чи його міграція має тимчасовий чи незворотній характер і він ніколи не повернеться на Батьківщину. Якщо відповідь на це питання, в силу різних причин, неможлива, то людині необхідно перерахувати умови, за яких це визначення свого майбутнього стане можливим. Незалежно від цього рішення налагодження соціальних зв'язків на новому місці помешкання,

комунікація з соціальною групою, до якої мігрант відчуває свою приналежність, є предикторами його успішної адаптації на новому місці помешкання. Отже, ідентифікаційно-регулятивні механізми міжгрупової взаємодії визначатимуть адаптацію мігранта. На рівні безпосередньої взаємодії це виявлятиметься як узгодження очікувань мігранта та очікувань умовних великих та малих реальних груп, у взаємодію з представниками яких вступає мігрант.

Культурний шок (Bochner, 1982) і стрес, пов'язані з адаптацією, впливають на психологічне здоров'я вимушених мігрантів, які опинилися в іншій країні. Зазвичай гострий стресовий розлад триває до місяця. У цей період можливі поганий сон, погіршення апетиту, нав'язливі образи тощо. Можуть виникати прояви соціальної фрустрованості, порушення особистісно-середовищної взаємодії, незадоволеність матеріальним станом і сферою міжособових стосунків, а також виникають суб'єктивні перепони у встановленні продуктивних контактів, з'являється криза ідентичності (Алексєєнко, 2022). Водночас сильними є і переживання внутрішніх мігрантів, пов'язані з розлукою з близькими, втратою роботи та зв'язків з колишніми співробітниками трудового колективу. Збільшують переживання побутові проблеми, відсутність постійного житла або його оренда (Коробанова, 2021).

Як показують дослідження, соціальна перцепція культурної дистанції в процесах соціальної взаємодії на новому місці помешкання та орієнтація на рідну культуру пов'язані з низькими показниками соціально-психологічної адаптації, а орієнтація на культуру країни, що приймає, навпаки, сприяє кращій психологічній та соціокультурній адаптації мігрантів (Lusiena, Hoerding, Modesto, 2020). Те, наскільки схожими представники приймаючого суспільства сприймають свою групу та групу мігрантів, відбивається на ставленні до мігрантів. За шкалами сприйманого реалістичного конфлікту, упереджень і стереотипів виявилось: чим більша схожість, тим краще ставлення (Zarate et al., 2004). Отже, сприймання міжгрупової подібності або, навпаки, міжгрупова відмінність як ознака «міжгрупової загрози» є одним з чинників ставлення до мігрантів. Врешті-решт неминучі процеси адаптації акультурації та зрештою інтеграції у спільноту приймаючої країни, а також безліч інших чинників, призводять до змін в ідентичності мігрантів (Cormos, 2022).

Мігранти втрачають регулярні контакти з багатьма людьми, з якими вони раніше тісно спілкувалися. Переживання самотності розглядається як один із показників негативної соціально-психологічної адаптації. Подекуди існує глибокий соціо-культурно-економічний поділ між автохтонними спільнотами країн і біженцями, зокрема, сирійськими (Feinstein, Poleacovschi, Drake, Winters, 2022). Було встановлено, що мігранти, які виявляють національну ідентичність на чужині, почуваються самотньо, а от етнічна ідентичність, позитивна самооцінка та прийняття інгрупою, навпаки, цю самотність допомагають долати (Neto, Oliveira, Neto, 2017). Дослідники вводять поняття ідентичності місця помешкання людини та доводять, що мігранти, стикаючись з альтернативними способами дій та взаємодії, оберуть той спосіб, який підвищить їхню самосвідомість та покращить їхню соціальну презентацію на новому місці (Cormos, 2022). Також велике значення в підтримці ментального здоров'я та

соціально-психологічного добробуту мігрантів мають як їхні індивідуальні історії, так і колективна історія їхньої рідної країни, водночас історія країни, яка приймає мігрантів, та їхня взаємна минула історія (Brunnet et al., 2022).

Українці, які перебувають у міграції за кордоном, окрім втрати зв'язку зі своєю територіальною ідентичністю, пов'язаної з перебуванням на чужій території, безумовно, також можуть переживати кризу ідентичності, як громадянина України. Територіальна ідентичність розуміється не лише як емоційна прихильність до певного ландшафту, побуту, звичаїв, краєвидів, як любов до малої Батьківщини, а й як соціальні зв'язки з друзями, сусідами, знайомими, як соціальний капітал людини. І ця неможливість перебувати на звичній, знайомій, своїй території може поєднуватися часом з необхідністю планування власного майбутнього на певній іншій території, самовизначенням того, громадянином якої країни я є. Процеси усвідомлення своєї приналежності до нації українців, почуття патріотизму, любові до Батьківщини саме на чужині можуть зміцнюватися або ж, навпаки, раціоналізуватися, пригноблюватися, нівелюватися. Отже, в українських закордонних мігрантів територіальна ідентичність зазнає емоційних втрат, водночас ідентифікаційні процеси («що робити далі, повертатися в Україну чи ні?») вказують про вагому частку тих, хто не визначився зі своїм статусом та майбутнім, про що прямо та опосередковано свідчать моніторинги їхніх потреб, ризиків та труднощів (Lives on Hold..., 2022; Regional Protection..., 2023).

Втрата інгруп і людей з близького кола спілкування, родичів і друзів, призводить до втрати стереотипних комунікативних ролей, які стають неактуальними в нових умовах (Коробанова, 2021). Поряд з негативними це явище має й позитивні сторони, оскільки воно вивільняє психологічні ресурси для адаптації та подолання складних обставин, що склалися. Мігранти в процесі соціально-психологічної адаптації мають засвоювати нові моделі рольової поведінки, оскільки змінюються обставини, змінюються партнери по спілкуванню, мігранти потрапляють у інше соціокультурне та етнічне середовище. Стереотипне сприйняття мігрантами громадян країни, що їх приймає, з боку очікування дискримінації може ускладнювати їхню інтеграцію в соціум, акультурацію. У тому, як стереотипи мігрантів щодо членів суспільства, що їх приймає, визначають акультурацію, чималу роль відіграє дискримінація, яку вони сприймають (Lutterbach, Beelmann, 2021). Тобто стереотипи мігрантів та упередженість місцевих взаємодіють через процеси соціальної перцепції. Існує реальна дискримінація, а є очікувана, уявна. Звісно, в процесі взаємодії стереотипи трансформуються, а упередження або зникають, або посилюються.

Подекуди місцеві мешканці відмовляються сприймати мігрантів, як за кордоном, так і в Україні, як вимушених мігрантів, не бажають їм допомагати, вважають, що ті повинні самі відповідати за власне життя і власні проблеми; деякі з них вважають, що переселенці мають повернутися до власних домівок за першої нагоди. Загалом, згідно результатів дослідження українських ВПО до повномасштабного вторгнення, напруження у взаєминах між ними та корінним населенням місць перебування в Україні зумовлюється різницею у стилях життя, матеріальному становищі, конкуренцією на ринку праці, а також в сфері

розподілу соціальних ресурсів. Характер стосунків з вимушеними переселенцями залежить від того, наскільки корінне населення задоволене власною кар'єрою, характером взаємин з колегами, власним фінансовим становищем (Слюсаревський, & Блинова, 2018). Також були помічені поодинокі випадки ворожого ставлення до переселенців, сприймання них як «авантюристів» або «халявщиків» (Мяленко, 2019). Репрезентативне дослідження 2023 року (Інститут..., 2023) свідчить про складнощі взаємодії між переселенцями та місцевим населенням. Так, з твердженням «Нерідко стосунки між переселенцями і місцевим населенням складаються нелегко й залишають бажати кращого» погодилися 39,1% українців, не погодилися – 27,7%, а було важко відповісти 33,0%.

Отже, на новому місці мігранти одночасно з вирішенням практичних питань мають налагодити взаємини і взаємодію з соціальними групами, серед яких й інші мігранти, а також, місцеві мешканці, які представляють приймаюче суспільство, інші групи, які можуть бути виділені за критерієм підтримки або наявності взаємодії з ними (рідше, конфліктної взаємодії). Вагомий внесок соціально-психологічних чинників у структуру життєвого світу мігрантів спрямовує в позитивному напрямі конструювання ними свого життєвого досвіду від'їзду з дому та перших місяців, проведених у приймаючій країні. Структурований життєвий світ українських мігрантів, інтегрований у нього досвід останнього часу, пов'язаний з евакуацією з України або з одного з її небезпечних регіонів та новим етапом життя за кордоном або в іншому безпечному регіоні України, є передумовою їхньої успішнішої соціально-психологічної адаптації й акультурації на новому місці.

Переживання психотравми та стресу мігрантами. Засоби долання. Важливим контекстом розгляду міграції, пов'язаної з воєнними подіями, є психологічний стан і переживання мігрантів. Приймаючи рішення про від'їзд, мігранти зазнають травми, а приїжджаючи до приймаючої країни, переживають стрес, пов'язаний з адаптацією (Carlsson, & Sonne, 2018; Sangalang, et al., 2019). Виокремлення теми стресу важливе в контексті пережитих емоційних перевантажень і необхідності переходу до нового етапу життя.

Багато хто з українських мігрантів пережили травмувальні обставини, обстріли, бомбардування, перед тим, як ухвалили рішення про переїзд за кордон або в іншій регіон України. Міграція стала кроком, продиктованим прагненням зберегти життя, спокій дітей і здобути безпеку. Це призвело до різкої зміни умов життя українців, їхнього соціокультурного середовища, включно з іншими культурними звичаями, часто – іншою мовою країни, яка їх приймає. Отже, стрес, що переживають мігранти, пояснюється різкою зміною соціокультурних умов їхнього помешкання, загрозами та «ударами» по їхній територіальній ідентичності, а також травмою війни, яку вони продовжують переживати і в міграції. Первинна психотравма війни, яку мігранти зазнали в перші дні війни, нікуди не зникла. До неї додалася повсякденна вторинна травматизація, коли мігранти спостерігають, читають, бачать і слухають новини про російсько-українську війну.

Вимушене переміщення і події, які йому передували, змінюють життєвий шлях мігрантів. Так, зокрема в дослідженнях українських внутрішньо переміщених осіб відзначається особливе сприймання ними простору і часу, що відбивається у позитивному, негативному, нейтральному та амбівалентному ставленні до майбутнього (Діброва, 2023). Негативні емоції переповнюють мігрантів. Водночас, на прикладі ВПО показано, що вони виявляють бажання простити себе, інших, ситуацію, і таким чином змінити свої негативні емоції на нейтральні, а згодом і на позитивні, що слугує їхній позитивній адаптації до стресуючої ситуації (Kravchuk, 2020).

Переживання за долю країни, за життя співгромадян, за хід подій на фронті можуть бути сильнішими в міграції, ніж тоді, коли б людина залишилася в себе вдома. Хибне відчуття контролю за ситуацією, коли людина знаходиться, так би мовити, в епіцентрі подій, може парадоксально знижувати тривожність. Крім того, перебування в групі «своїх», які спільно відчувають ситуацію та переживають її, створює відчуття прихистку. Тому так важливо мігрантам на новому місці створювати найближче соціальне середовище, де вони б могли артикулювати власні емоції та знаходити порозуміння. Часом пацифістські настрої мешканців тієї країни, яка приймає мігрантів, можуть утворити мовчазну «стіну» неприйняття емоційного стану та сенсів міграції тих мігрантів, що представляють країну, яка воює.

Наслідки міграції для соціально-психологічного благополуччя та психічного здоров'я людини можуть бути віддаленими в часі. Трансформований стрес може вилитися у депресію, ПТСР, тривожність, розлади сну, психосоматичні прояви, домашнє насильство. У психології наявне поняття «синдром біженця», яке фіксує втрату інтересу до життя, відчуття безсилля і покинутості, пригнічений настрій та стан, відчуття провини і тужливості, самокартання, апатію та агедонію, дратівливість, страх та паніку, неможливість побачити перспективи у своєму становищі (Шевченко, 2022; Кедевар & Христенко, 2021). Часто мігранти, які знаходяться в безпеці за кордоном, почувають провину, причому необов'язково внаслідок втрати рідних, друзів, близьких, значущих інших. Можуть виникати підвищена тривожність, напади паніки, дратівливість, спалахи гніву, безсоння, кошмари в сновидіннях, зниження інтересу до діяльності, уникання або заперечення думок про травмуючі події. Часто зазначені симптоми проходять ніби самі по собі, без здійснення відповідних допомагаючих заходів, а потім з'являються знову.

Зазначимо, що мігранти з різним досвідом акультурації можуть відрізнятися за своїми типовими патернами стресових реакцій і їх копінгу (Noh & Kaspar, 2003; Yoshihama, 2002). Зазвичай чинники стресу мігрантів пов'язані з тим, що було до міграції, що стало причиною втечі або супроводжувало процес від'їзду, власне переїздом, а також тим, що відбувається після міграції, акультураційним стресом, втратою соціального статусу та звичних контактів, акультурацією на новому місці та можливими обмеженнями з боку суспільства, що приймає (Кіо, 2014). Раптова зміна умов життя, невизначеність майбутнього, пристосування до незвичних умов і особливостей життя за кордоном – усе це повсякчас емоційно напружує. Існує багато досліджень, пов'язаних з

травмованістю, посттравматичним стресовим розладом та травмоорієнтованим/травмоінформованим підходом до мігрантів, біопсихосоціальною теорією стресу, психоедукацією (Вознесенська, 2015; М'яленко, 2019; Прайтлер, 2022).

Аналіз травми, пов'язаної з насильницькою втратою дому, і практичного зцілення, був проведений Р. Пападопулосом (2023) на основі терапевтичної моделі, названої ним «синергетична терапевтична комплексність». Психологічна робота з мігрантами будується з позиції “матриці випробувань”, яка допомагає кожному, хто взаємодіє з вимушеними мігрантами, уникнути спрощення та поляризації, перетворювати “заплутану” комплексність ситуації міграції у корисну та “зрозумілу”, перетворювати страждання на трансформаційні можливості. Залучення в групи соціально-психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб, свідчать про те, що участь в таких групах надає їм психологічну допомогу та активізує ресурси долаючої поведінки. Загалом груповий компонент є важливим для психічного здоров'я та психологічного благополуччя мігрантів (Korobanova, 2018; Коробанова, 2021).

Поряд з груповою підтримкою мігранти часто застосовують особисті практики долаання стресу. Найбільш часто вживаними практиками стають прогулянки, ознайомлення з новими місцями, милування краєвидами та природою, прослуховування музики, перегляд серіалів або кінофільмів, переважно, через інтернет, малювання, виготовлення ляльок-мотанок, заняття в'язанням, вишиванням (Korobanova, Schulzhenko, 2022). Отже, крім відновлення фізичної і психологічної безпеки, тимчасового житла та харчування, переселенці мають потребу в психологічній підтримці.

Те, яким чином мігранти реагують на стреси та проблеми, а також їхні стратегії подолання й адаптації визначають їхнє здоров'я та благополуччя. Позитивне сприйняття мігрантами очікувань мешканців країни, що приймає, та позитивне ставлення місцевих до мігрантів, сприяє пошуку ними та отримання соціальної підтримки в новому для них соціальному середовищі, а це все позитивно впливає на благополуччя та задоволеність життям мігрантів (Şafak-Ayvazoğlu, Kunuroglu, Yağmur, 2021). Водночас мігранти, які відчують себе прийнятими, позитивно ставляться до країни, що приймає, та готові вивчати нову культуру, психологічно і соціокультурно добре адаптовані. Отже, соціально-психологічний добробут мігрантів – це дорога назустріч один одному місцевих та нових членів територіальної громади.

Подолання цих травм і стресу відбуватиметься поступово в процесах набуття соціокультурного досвіду в іншій країні або в іншому регіоні України внаслідок ознайомлення з місцевими особливостями життя, пристосування до них та акультурації. Економічні проблеми та невизначеність щодо тривалості перебування на новому місці також призводять до уповільнення психологічної та соціокультурної адаптації. Людина повсякчас запитує себе, як надовго я маю планувати своє помешкання, як глибоко я маю вкорінюватися на новому місці. Зазвичай, досить тривале проживання на новому місці спричиняє психологічні ефекти соціально-психологічної адаптації мігрантів до нових умов помешкання.

Невідомість щодо термінів, коли можна буде повернутися на Батьківщину, і чи можна буде повернутися взагалі, є гнітючим емоційним чинником

перебування мігрантів на чужині. Негативно реагуючи на непередбачувані та невизначені ситуації, мігранти у травмуючих ситуаціях, таких як війна, уявляють майбутнє як загрозливе (Danilova et al., 2022). Звернення до теми невизначеності та розуміння невизначеного майбутнього певним чином допомагає мігрантам адаптуватися на новому місці помешкання, перевести фокус уваги на сьогоднішнє, уточнити свої плани та визначити стратегії долаття невизначеності. Важливим засобом подолання стресу, пов'язаного з невизначеністю майбутнього, є налагодження соціальних зв'язків на новому місці, пошук роботи та/ або вибір закладів освіти для навчання. Також дієвим засобом акумуляції є вивчення мови, освіта. Є мови, подібні до української, як-от польська, словацька, чеська, тоді мігранти зазначають, що розуміють, що їм кажуть (здавалося, що іноземці намагаються говорити, так, щоб українські мігранти зрозуміли, але потім з'ясується, що власне мова є зрозумілою).

Отже, мігранти в процесах соціально-психологічної адаптації на новому місці використовують стихійні практики взаємопідтримки один одного, за можливістю отримують професійну групову та індивідуальну соціально-психологічну та психотерапевтичну допомогу, а також спираються на особисті, перевірені на власному досвіді, практики долаття стресу. **Алгоритмом долаття психотравми та стресу** вимушеними мігрантами має бути така послідовність дій: 1. Звернення до теми стану невизначеності та посилення ідентифікаційних процесів. Усвідомлення цього стану як суб'єктивного чинника чи об'єктивної складової тієї ситуації, що склалася внаслідок певних подій (війни, стихійних лих тощо). Часова невизначеність щодо закінчення цих подій має компенсуватися територіальною визначеністю мети та цілей перебування мігранта на новому місці помешкання. Корекція індивідуальних очікувань щодо соціальної взаємодії на новому місці помешкання відповідно до реальної ситуації. 2. Фокусування уваги на сьогоднішні, уточнення повсякденних планів та рутин. 3. Налагодження соціальних зв'язків на новому місці помешкання як серед «своїх», так і серед нових дружніх «чужих», створення інгруп взаємопідтримки та допомоги тощо. Пошук роботи, вибір закладів освіти, оволодіння засобами соціальної взаємодії на новому місці (вивчення мови, законодавства тощо). Ця послідовність дій має супроводжуватися індивідуальними та груповими практиками долаття травми та стресу вимушеної міграції.

Міжгрупова взаємодія українських мігрантів за кордоном. Мігранти, звісно, потребують відновлення фізичної та психологічної безпеки, але й ціннісна складова їхньої соціальної взаємодії на новому місці помешкання є надзвичайно важливою. Зазвичай мігранти за кордоном відчують втрату групової приналежності, а відтак – і ідентичності, почуття самотності і ізоляції. Втрата звичаїв і традицій, що складають частину ідентичності людини, потребує відновлення внутрішньої єдності як здатності залишатися самим собою. У тих, хто тривалий час мешкає у приймаючій країні, відбуваються зміни простору ідентичності, для багатьох із них «дім» вже перебуває в країні міграції (Cormos, 2022).

Сприймання позитивних очікувань і ставлень корінних мешканців справляє позитивний вплив на психологічну та соціокультурну адаптацію мігрантів, їхню готовність до зміни статусу, ролей та приналежності до соціальних груп на новому місці (Andronic, Constantin, 2022). Орієнтація мігрантів на культуру країни, що приймає, взаємодія з іншими мігрантами та громадянами приймаючої країни, вивчення мови сприяє їхній адаптації (Ager & Strang, 2004; Lusiena, Hoersting, Modesto, 2020).

Міжгрупова взаємодія українських мігрантів відбувається у таких **групах**: між різними прошарками мігрантів (можливий поділ за різними ознаками, зокрема, за місцем проживання у прихистку) (1); між українськими мігрантами і українцями, що залишились на Батьківщині (2); між мігрантами та місцевими (3). Так, влаштування на роботу тягне за собою міжкультурну взаємодію з групами приймаючого суспільства. Серед самих мігрантів міжгрупова взаємодія може відбуватися за декількома **критеріями**: за національною або етнічною ідентичністю (1), між тими, хто давно отримав громадянство, та тими, хто лише нещодавно приїхав (2), між тими, хто хоче повернутися назад на Батьківщину та сприймає міграцію як тимчасове явище, та тими, хто воліє назавжди залишитися в країні, що приймає (3), між носіями різних ознак національної ідентичності, наприклад, мови, традицій тощо (4). Групи можуть виділятися і за іншими ознаками (5). Наприклад, такою ознакою може виступити дозвілля, імпровізовані екскурсії та прогулянки (5.1). Вивчення мови також сприятиме створенню групи на основі спільної навчальної діяльності (5.2) (Коробанова, 2023).

У міжгруповій взаємодії мігранти насамперед прагнуть взаєморозуміння, психологічної підтримки, яку вони отримують від «своїх» груп, що стихійно сформувалися в новій для них країні. Приймаюче суспільство і групи, які існують в ньому, є аутгрупами, до яких прагнуть інтегруватися мігранти. На прикладі дослідження міграції українців до Словацької республіки, яке було здійснене методом наративу, наведемо особливості сприйняття українцями міжгрупової взаємодії на новому місці їхнього помешкання (Korobanova, & Schulzhenko, 2022). Припущення про те, що індивідуальний досвід людей, які отримали тимчасовий захист у іншій країні, має містити водночас і щось спільне, і щось особливе, лягло в основу дослідження. Отже, через особисті історії мігрантів можливо скласти уявлення про міжгрупову взаємодію українців за кордоном. Так, за свідченнями українців, міжетнічна взаємодія, здебільшого, розгортається як допомога з боку словаків і вдячність з боку українців, обговорення національних звичаїв тощо. Українські мігранти позитивно налаштовані до словаків, а словаки до них. Працевлаштовані мігранти взаємодіють із словаками на роботі. Частими є випадки, коли словаки допомагають українкам впоратися з роботою.

У взаємодії українців із словаками суттєве значення мають їхні політичні погляди: якщо вони підтримують Україну і українців у їх боротьбі з російським агресором, то взаємодія відбувається на тлі позитивних аттитюдів. Але проросійськи налаштовані словаки складають особливу аутгрупу, до якої українські мігранти відчують ворожість та неприйняття. Особливо складними

стають ситуації, у яких українців намагаються повчати, звертаються з рекомендаціями, порадами або й з відвертим тролінгом. Такі люди сприймаються як «чужі», і викликають категоричне неприйняття. Натомість, на цьому тлі, більшість словаків сприймається українцями, як дружня та співчуваюча велика соціальна аутгрупа. Підтвердженням цьому є те, що в більшості розповідей українських мігрантів вони підкреслюють власну схожість зі словаками. Вони також підкреслюють взаєморозуміння з населенням приймаючої країни: наприклад, не знаючи словацької мови, більшу частину звернень українці розуміють, а, коли відповідають українською, то в більшості випадків словаки розуміють їх. Тобто таким чином відбуваються процеси кроскатегоризації українців зі словаками, пошуки спільного, не лише відносно негативного ставлення до російського агресора, а й виокремлення однакових людських рис, гуманістичних засад взаємодії. Загалом різні соціальні групи приймаючого суспільства виявляють до мігрантів співчуття, надають допомогу та підтримують. Велику роль у цьому відіграють волонтерські групи, які створюються повсюди в суспільствах, що приймають.

Взаємодія українських мігрантів зі співвітчизниками, які залишилися в Україні, особливо виразно відбувається в прошарку молоді. Тут комунікація позначена емоційними переживаннями смутку, суму, туги, ностальгії. Насамперед, ці переживання молодих людей стосуються близьких родичів та друзів, які залишилися проживати на Батьківщині. Досвід цих двох умовних груп радикально відрізняється. Мігранти подекуди погано розуміють знайомих з України, мають ідеалізоване уявлення про життя на Батьківщині, хід війни і можливості щодо її завершення, а також складності воєнного побуту, з якими доводиться стикатися. Подекуди вони видають бажане за дійсне, що ускладнює взаєморозуміння з близькими. А з іншого боку, і ті, хто залишилися в Україні, ідеалізують безтурботне життя мігрантів.

Масово репрезентованою серед українських мігрантів у Словаччині виявилася тема подяки, що може свідчити про позитивну динаміку міжгрупових міжкультурних стосунків мігрантів і мешканців країни, що приймає, і, отже, про отримувану ними групову підтримку. Дослідники відзначають позитивний вплив групової підтримки на учасників вразливих груп та розвиток їхніх соціальних зв'язків (Korobanova, 2018). Українські мігранти, які виїхали за кордон з початком повномасштабного російського вторгнення в Україну, відчують потужну підтримку зі сторони мешканців країн, які їх прийняли (Korobanova, & Schulzhenko, 2022; Креденцер, et al., 2022).

Психологія дому, туга за Батьківщиною, переживання ностальгії. До змісту українського національного менталітету відносять національний дім, родинні зв'язки, спільну територію проживання та рідну землю, національний одяг, їжу, житло, господарський уклад життя (Попов, 1997). Мігранти внаслідок війни переживають відчуття втрати: Батьківщини, рідної землі, близьких та рідних, друзів а також втрату домівки. Це почуття може стосуватися і домашніх тварин, сімейних реліквій, майна, документів, соціального статусу. Це важкі переживання. Навіть розлука з близькими переживається як втрата. Втрату дому розглядають як втрату звичного середовища, до якого відносять і власне

будівлю, квартиру, і місто, і соціальне оточення, до якого входять як рідні та близькі, так і колеги по роботі (Blackwell, Rode, Scott, 2009; Shami, 1996).

Дім має конкретні просторові обриси, але, крім того, має особливі соціальні умови і кордони нашого/ вашого приватного простору. Дослідники також виокремлюють відчуття дому, почуття дому, емоційні межі дому. Відчуття дому – це досвід, що охоплює настановлення, культурні, структурні та емоційні аспекти (Durnová, Mohammadi, 2021; Bate, B., 2018). Фізичний життєвий простір сам собою не має жодної об'єктивної цінності, якщо його не сприймають як дім у контексті певних систем смислотворення (Пападопулос, 2023). Домашній простір здатен викликати певні відчуття та почуття, що розширює власне розуміння «дому». Також Дім – архетипна конструкція, яка робить вирішальний внесок не тільки в організацію нашого мислення та поведінки, але й у існування як таке в якості людських істот. Таким чином, відчуття дому є комплексним, архетиповим, і передбачає доступ до певних прав щодо простору дому та його ресурсів. Дім має цінність як середовище для членів сім'ї, де їхні емоції та почуття можуть бути визнані, що порушує питання щодо інтимності, приватності та емоційних кордонів дому (Durnová, Mohammadi, 2021; Vossagni, Hondagneu-Sotelo, 2021), безпеки, контролю та довгострокової стабільності соціального індивіда (Vossagni, Vargas-Silva, 2021). Отже, психологія дому складається з багатоаспектних уявлень, спогадів про колишні етапи свого життя, про близьких, які збиралися вдома, про позитивні емоції любові, дружби, підтримки, які були пережиті там.

Житло мігрантів або його наявність за місцем їхнього тимчасового перебування за кордоном, якість цього житла – один із найважливіших індикаторів процесу акультурації. Створення дому на новому місці – не лише створення місця, а й побудова спільноти, формування громад мігрантів, набір практик та емоційний потенціал інтеграції мігрантів у місцеве середовище (Madan, Padgett, 2021; Vossagni, Hondagneu-Sotelo, 2021). Емпіричні дані засвідчили, що зв'язок відчуття дому з місциною проживання зростає з плином часу, водночас як відчуття дому щодо своєї Батьківщини знижується (Vossagni, Vargas-Silva, 2021).

Українські мігранти в Словаччині, які були опитані методом наративу, звертали увагу на появу переживань ностальгії, як щодо близького кола спілкування, за втраченим оточенням, за вітчизною, так і ностальгії за мирним минулим. Це ностальгія за домом, рідними, які залишилися в Україні. У цьому контексті дуже важливою є наявність дистанційного зв'язку українських мігрантів з рідним соціальним середовищем, що надає їм можливість періодично контактувати зі «своїми», які залишилися в Україні.

Вдалині від Батьківщини українці прагнуть знайти бодай щось схоже на рідні краєвиди, архітектуру, вишиванки тощо. Все це виливається у ідеалізацію минулого, нереальні уявлення про сучасність в Україні, їхню невідповідність реальності. Оскільки мігранти за кордоном мають специфічний, відмінний від співвітчизників, соціокультурний досвід, то це також підсилює ідеалізовані спогади про минуле, Україну, свій дім, який вони залишили. Так, люди, які втратили дім, який був зруйнований (внаслідок пожежі після падіння літака або

потрапляння ракети, інших воєнних обставин), хочуть його відновити і вважають можливим не тільки відновити дім, а збудувати його ще кращим. Також існує бажання хоча б символічно повернути Батьківщину, якщо не самим повернутися, то хоча б зробити в міграції, в новому домі «часточку України».

Уявлення про дім українських мігрантів можна віднести до кількох ключових смислових пунктів, які найчастіше зустрічаються: 1. дім як Україна, Батьківщина, втілення душі; 2. дім як втілення життя, що лишилося в Україні; 3. дім як власність; 4. дім як об'єкт, що потребує дій з підтримання порядку, догляду, турботи; обробки присадибної ділянки; 5. дім як місце, де залишилися жити близькі кохані люди, які не виїхали в евакуацію; 6. дім як сховище дорогих речей (наприклад, фотографій); 7. дім як квінтесенція мирного життя до війни; 8. дім як предмет фантазій; 9. дім як місце, куди можна буде повернутися після війни (Korobanova, & Schulzenko, 2022).

Туга за домом штовхає людей шукати за кордоном, на іншій землі, в іншій країні, схожі риси з «рідним домом» та українські символи, прапори, вишиванки. Подекуди через свідомий пошук позитиву у своєму становищі проривається несвідоме підкреслення українських переваг життя перед європейським.

Фахівці з соціальних питань повернення мігрантів додому (Rekin, 1986) рекомендують країні походження мігрантів надавати їм у цьому суттєву допомогу, зокрема, забезпечити професійне навчання та реадaptaцію, брати участь в оплаті проїзду, приймати дипломи, сертифікати та свідоцтва про навчання, отримані за кордоном, створити можливості для працевлаштування, наймати молодих кваліфікованих репатріантів як вчителів та інструкторів. Використання кроскультурного досвіду тих, хто повертається на Батьківщину, європейських стандартів та норм міжгрупової взаємодії, толерантності та неупередженості стане запорукою гармонізації соціально-психологічного клімату в українському суспільстві.

1.5. Виклики міжгрупової взаємодії в мирний час (Чорна Л. Г.)

Потенційно в міжгруповій взаємодії завжди існують ризики виникнення негативних соціальних явищ. Якщо вчасно група не розв'язує свої актуальні завдання функціонування, то свої внутрішні проблеми вона переносить назовні, в поле міжгрупової взаємодії. Отже, тут війна є логічним продовженням негативної групової динаміки. Війна є **екстремальним виявом** міжгрупової взаємодії зі сторони тієї групи, яка розпочала війну. Однак, для мирної групи, для тієї групи, на яку виплеснула свою агресію група, міжгрупова взаємодія не є компенсацією її внутрішніх негараздів, і тут війна становить не наслідок групової динаміки, а її чинник. Тобто для мирної групи війна є зовнішнім, привнесеним, неприродним **чинником** її внутрішньої взаємодії. Водночас, і до війни, в мирний час, в міжгруповій взаємодії мирної групи також існували ризики внутрішніх непорозумінь та конфліктів. Бо конкуренція між групами завжди присутня. Навіть, якщо між групами відсутнє змагання за ресурси (на кшталт того, як групи скаутів змагалися за доступ до води в класичних польових експериментах М. Шеріфа), то одне лише порівняння груп призводить до запуску дискримінаційних процесів (Tajfel, 1970). А іноді вже сам акт спостереження

когось як члена групи може грати ключову роль у групових процесах та міжгрупових відносинах (Hogg, & Gaffney, 2018). Групова феноменологія виконає роль тут адаптаційного механізму, який «нешкідливо» заміщує групову агресію (Фрейд, 1917), об'єктивує негативні групові емоції, не дає їм перерости в дискримінаційні дії. Якщо мирна група велика, а її самовизначення, побудова колективного ідеального Я все ще перебуває на стадії «кристалізації» (Дембицький, 2022; Чуніхіна, 2020), то ці ідентифікаційні процеси поміж її субгрупами додадуть драйву груповій динаміці. Так, українці люблять «смачно» посваритися між собою (Стародубська, 2023b). До цих не завжди приємних процесів взаємодії додається війна, яка також обумовлює напруженість соціальної взаємодії. Як уже попередньо зазначалося, під впливом війни посилюються ідентифікаційні процеси серед українців, відбувається розмежування в усіх сферах життя з росіянами.

Українці, як велика соціальна група, як нація, згуртовуються та виявляють солідарність з іншими групами, які підтримують у їхній боротьбі проти російських загарбників. Натомість усередині групи зростає конформізм. Усе це робить групові норми взаємодії більш однозначними та жорсткими, а за їх порушення члена групи можуть піддати остракізму та булінгу. Так, українці не просто не схвалюють, а бойкотують поведінку тих діячів культури, які співпрацюють або до повномасштабного вторгнення співпрацювали з росіянами. Моральному виключенню підлягають особи, які публічно співають російських популярних пісень, хоча це й не заборонено законодавчо. А от деякі блогери соціальних мереж, які відверто зневажливо ставляться до військової повинності та самих військових, ризикують вступити в жорсткі розбірки.

Оскільки війна є надзвичайно сильним стресором, оскільки війна – це велика колективна фізична та психологічна травма, то українці, як велика соціальна група, відповідно і реагують на події війни потужним виявом емоцій, тим самим виявляючи колективну вразливість (Spini et al., 2008). Болить в одного, а відчувають усі. Тому українці зараз колективно вразливі. Саме ця вразливість є мішенню терористичних атак росіян під час війни. Колективною вразливістю українців часто користується російський ворог, коли вкидає різні ПСО в наш інформаційний простір та коли атакує цивільних, що призводить до жахливих людських втрат. І тут особливою вразливим є населення щойно звільнених територій. Тому так важливо українцям підтримувати згуртованість та колективні практики стійкості, взаємопідтримки.

Коли страждання занадто багато, скільки б ми не намагалися бути стресостійкими, то воно, як вірус, підспудно проникає в нашу психіку, руйнує наші психологічні захисти. Колективні переживання страждань, з одного боку, згуртовують людей та за відповідних умов допомагають долати стрес, а з іншого, порушують межі особистості. Виникає загроза виникнення в людини такого стану, коли вона не в змозі пережити будь-яку подію окремо від іншої людини. Психологічним механізмом тут є конфлуенція – страждання іншого завжди сприймаються, як свої особисті (Perls et al., 1951). І вже до свого власного горя людина може стати нечутливою, а от чужі переживання – підхоплюються та примножуються. Масові ритуали колективного екзальтованого переживання

історичних травм є улюбленим способом авторитарних лідерів маніпулювання масовою свідомістю та інтроєктування в цю свідомість, коли всі емоційно розлучені, а багато хто плаче, необхідних їм ідеологом, політичних міфів та фейків. Саме з масової віктимізації населення, коли часто до цих процесів залучаються діти, які за допомогою усіляких рольових постановок, перфомансів, публічних заходів відображають травмивні історичні події, починається «злаякісна пропаганда» (Volkan, Javakhishvili, 2022), а значить і нездорова взаємодія в суспільстві. Так, в російських соціальних мережах наявні відеозаписи шкільних публічних заходів, де діти виконують ролі в'язнів нацистських концтаборів, ведуть умовні діалоги, як солдати II світової війни, з іншими учасниками тих подій. Неважко спрогнозувати, як відобразиться на психічному здоров'ї дитини такі рольові ідентифікації. Страхи, тривожність, а то й ранні невротичні розлади переслідують її в житті. Крім того, з такими «відкритими емоційними воротами» особистості для будь-кого іншого, а особливо в дитячому віці, можна легко інтроєктувати в психіку людини всілякі світоглядні настанови. Такі самі механізми колективного травмування та розгойдування емоційної сфери застосовують російські ПСО і стосовно українців. Так, у соціальних мережах можуть вестися розповіді начебто від імені українців, про кричущу соціальну несправедливість серед своїх, особливо на фронті. Ще більш маніпулятивними є поширення наративів, які базуються на реальних подіях та переживаннях людей, але які примножені, а висновки зроблені зовсім не про те, про що розповідав автор.

Під час війни завжди трапляються ситуації, які викликають розпач та гнів. Але цей розпач не має переростати в зневіру та безсилля, швидкі соціальні узагальнення. Ми не можемо не співпереживати горю близьких та рідних загиблих. Здорова психіка не дозволяє людині сповна насолоджуватися життям та демонструвати власне щастя на тлі колективного горя. Морально це неприпустимо. Така емоційна відстороненість ще й роз'єднує людей. Однак, і сприймання емоційно насичених розповідей «своїх» має бути виваженим та критичним. Колективне переживання горя, пов'язаного з реальними жахливими воєнними подіями та масовими втратами, так само, як і індивідуальне, має свої етапи, і їх треба пережити (Kübler-Ross, & Kessler, 2005; Worden, 2008.). Без соціальної підтримки тут не обійтися, а встановлені в громаді традиційні колективні ритуали горювання за загиблими допомагають переживати травми війни. На відміну від вищезгаданих пропагандистських колективних ритуалів з відтворення горювання за давно історично минулим, тут йдеться про актуальні події та горе. Ніхто не віктимізує велику групу людей, не стигматизує окремі соціальні групи, які беруть участь у війні, не змішуються різні історичні події, не створюється хаос в хронотопі життя людини, непотрібно вигадувати ворога. Усе однозначно, а емоції людей зрозумілі та розділені всіма учасниками взаємодії.

Ідентифікація колективних емоцій та причин їхнього виникнення, вчасне їхнє відреагування на рівні територіальної громади та загалом усього суспільства, солідарність усіх соціальних груп у переживанні травми, незалежно від соціального статусу члена групи, контейнерування колективних емоцій у пам'ять групи, як минулого, а не «вічного сьогодні» для групи, становлять

механізми соціально-психологічного благополуччя та подальшої гармонійної внутрішньогрупової та міжгрупової взаємодії в суспільстві. Отже, важливо дотримуватися інформаційної гігієни, ідентифікувати джерело інформації, верифікувати колективні переживання серед «своїх» і за «своїх» на предмет правдивості. Неможливо вберегтися від переживання травм війни, тому їхнє відреагування таке важливе на рівні територіальної громади, де сталося горе, та загалом усіх суспільних процесів. Варто пам'ятати, що найкращі психологічні ліки від стресів та травм – це трансформація таких переживань у різноманітні дії: як малих, рутинних і повсякденних, так і великих, героїчних.

Як уже зазначалося, російсько-українська війна не є просто конфліктом між росіянами та українцями, це протистояння та конфронтація на всіх рівнях соціальної взаємодії між ними та нами. Міжгрупові конфлікти зазвичай призводять до розбіжностей та недовіри між групами, як між сторонами конфлікту, так і всередині самих конфліктуючих груп. Проте війна поклала край знаковим інгруповим конфліктам серед українців, і тут йдеться про групову громадянську ідентичність та її основні соціально-психологічні ознаки на рівні взаємодії. Так, за результатами репрезентативного дослідження Інституту соціальної та політичної психології в травні 2023 року, із твердженням «Чинячи опір російським загарбникам, Україна стала єдиним цілим» погодилося 63,4% українців. Нарешті переважна більшість українців (72%) визначилася в тому, хто винен у російсько-українській війні. Різниця між Західним, Центральним, Східним і Південним регіонами у 8% різниці не є вже такою великою, як була до війни (Інститут..., 2023). А напередодні повномасштабного нападу, буквально за декілька днів до вторгнення, вважало Путіна та росію винною у війні, яка триває з 2014 року – лише 46% українців (Імшенецька, Базь, Черниш, 2022). Єдність серед українців спостерігається і в їхніх соціальних атитудах щодо можливості міжгрупової взаємодії між росіянами та українцями: 77,4% вважає, що між нами та росіянами ментально та за укладом життя існує прірва; росіяни та українці зовсім різні народи. Цікава динаміка російських спроб атрибуції вини за війну українській владі, так би мовити, повісити провину. Так, у 2014 році українців, які вважали, що нікому не потрібну війну з Росією спровокувала українська влада – своєю антиросійською політикою, утисками російськомовного населення, було 30%, а в лютому 2018 року цей показник досяг 46%, проте в травні 2023 року цьому вірить лише 7% вірить цьому. Наразі певні спроби російських ПСО знову запуснути серед українців меседж про те, що вони самі винуваті у війні, не мають успіху, однак ці спроби існують. Російський наратив «самі заслужили війну» по суті є імітацією «батьківського послання» (Berne, 1964), який запускає в поле міжгрупової взаємодії маніпулятивні ігри агресора. Така спроба агресора інтроектувати жертві вину за початок війни добре пояснюється конструктором «заслуженої репутації» орієнтованим на тих, кого дискримінують (Allport, 1954).

Варто тут нагадати, яку роль грає соціальна ідентифікація в збереженні соціально-психологічного добробуту та психічного здоров'я людини. Коли людина визначилася, хто вона є, до якої групи людей належить, то значно знижується її страх перед майбутнім, зникає тривожність та зростає впевненість,

а от загрози ідентичності та її невизначеність у будь-яких сферах соціальної взаємодії призводить не лише до страху та агресії, а й позбавляє людину внутрішнього благополуччя з різноманітним спектром негативних наслідків для її психічного здоров'я (Hogg, 2007, 2014).

Отже, на складні ідентифікаційні процеси міжгрупової взаємодії українців накладає відбиток їхня колективна травмованість війною. Пошук винних, у тому що сталася війна, насамперед серед своїх, а не російського агресора – це один із проявів неусвідомлюваного виміщення колективного гніву. Приниження («чмиріння») у соціальних мережах українцями один одного, швидке оцінювання за характеристиками «поїхав – не поїхав, залишився», «понаїхав – покинув», використання групових упереджень за територіальною ознакою людини, обов'язкове вишукування негативу в іншому – соціально-психологічні ознаки такої травмованості. «Дратівлива слабкість», необґрунтована злість стосовно співрозмовника, яку людина вперше бачить у житті, супроводжують вияв упередженості. Усе це призводить до розхитування єдності українців, знецінення реальних досягнень «своїх».

Оскільки під час війни територіальна ідентичність, яке дає людині відчуття передбачуваності та стабільності світу, перебуває під загрозою (Чорна, 2022), то ставлення до світу як небезпечного, несправедливого та ворожого може підживлюватися, особливо в повоєнний період, поширеними серед українців соціальними атитюдами щодо тотальної корумпованості влади, неможливості змінити існуючий порядок речей у державному управлінні, уявленнями про суцільні змови і зради, саботаж реформ. Сплеск суб'єктності українців під час війни, коли війна оголює життєві сенси та цінності, коли українці масово беруть відповідальність за розв'язання багатьох суспільних проблем, межує з песимістичними та тривожними настроями: після війни все залишиться так, як і було до війни. Тому варто розрізняти справжні та несправжні, а тим більше вигадані російською пропагандою ситуації загроз соціальній справедливості та порядку, перевіряти інформацію, а також укріплювати територіальну громаду, формувати довірчі стосунки між її членами, демонструвати відкритість у комунікації, згуртовувати людей, які вважають територію своєю, всіляко підтримувати ініціативи та лідерство громадян.

Отже, для українців додання звичайних ризиків взаємодії, які завжди існують між групами, поєднується з доданням наслідків війни, як зовнішнього чинника цієї взаємодії. І в цьому контексті мирний час розуміється і як повоєнний, той, що настав після війни. Ризики взаємодії стають справжніми викликами для українців, бо без розуміння потенційних ризиків, без ідентифікації проблемної взаємодії між групами, без вчасного розв'язання цих проблем, без прогнозування розвитку міжгрупової взаємодії в повоєнний період неможлива гармонійна взаємодія в українському суспільстві, неможлива перемога над російським ворогом, який уособлює собою «авторитарну картину світу» (Mochtak, & Holzer, 2017, с. 35-52).

Історія незалежної України свідчить про вкрай складні та суперечливі процеси становлення довіри в українському суспільстві. Як показують дослідження, останніми роками громадяни України найбільшою мірою,

стабільно та впевнено довіряють збройним силам, волонтерському руху, громадським організаціям, меншою мірою та з певними коливаннями – церкві та освіті, а під час війни сильно виросла довіра до інститутів президента та уряду; водночас існує низка інституцій, яким люди як не довіряли, так і продовжують не довіряти, це суди, прокуратура, банки, політичні партії (Слюсаревський та ін., 2019; Оцінка громадянами ситуації..., 2023). Соціальні контексти обумовлюють довіру, а також його наукові моделі розуміння (Yuki et al., 2005; Klein et al., 2019). Крос-культурні дослідження показують, що в суспільствах, де формальні інституції недорозвинені, недореформовані, слабкі, тимчасові чи корупційні, існує гіпертрофована довіра до знайомих (ближнього кола, чій думка, підтримка та інтереси є визначальними, тобто до інгрупи або референтної групи) та наднизька довіра до незнайомих (Стародубська, 2023а). Україна у світових лідерах за рівнем недовіри до незнайомих, а, наприклад, Німеччина та Франція (Weilmann, & Lilleoja, 2015), де державні органи, суди, ЗМІ, громадські організації, соціальні установи чітко працюють у правовому полі, де суспільні інституції розвинені, а громадяни впевнені, що знаходяться під їхнім захистом, навпаки, довіра людей рівномірно розподілена між знайомими та незнайомими. Така взаємодія в суспільстві знижує залежність людини від підтримки впливових груп, розвиває її впевненість у життєвих досягненнях за рахунок власних зусиль, рятує від патерналізму та всіх інших негативних соціальних явищ, породжених феноменом навченої безпорадності громадян суспільств, транзитних від тоталітарного до демократичного устрою.

Коло знайомих, яким гіпердовіряють у транзитних та недемократичних суспільствах, звісно охоплює і рідню. Тому тут в асоціативному ряді і явище трайбалізму, коли в спільноті, здебільшого в архаїчній, влада передається за родо-племінними зв'язками або лише представникам певного етносу. У свій час описаний W. Sumner (1906) етноцентризм – уявлення етнічної групи про себе, як центру світобудови, а інша група має наслідувати саме її «правильні» традиції та віру, є ментальним підґрунтям трайбалізму. Наразі існує й ширше розуміння трайбалізму, яке по суті відображає різноманітні прояви фаворитизму та дискримінації в політичній сфері, маркетингу тощо, коли захищається аморальна поведінка «своїх», надається перевага груповим стосункам над пошуком правди, а групові цінності вважаються об'єктивно правильними (Vocian et al., 2021; Johnson et al., 2021; Gyurovski, & Lester, 2022).

Якщо згадати радянські часи, особливо після II світової війни, то часто між компаніями молодих хлопців, які представляли різні будинки, двори, окремі мікрорайони, інші невеликі територіальні поселення, існувала ворожнеча, і вже сам факт перебування на «чужій» території когось не зі «своїх» викликала агресивну реакцію в місцевих на кшталт «Не наш? Ану, тікай звідси». Необхідно зазначити, що світовий досвід також фіксує приклади конфліктної міжгрупової взаємодії за принципом територіальності (Самборська, 2018). Поляризація всередині молодіжного середовища за принципом території помешкання людини, яка лише на пару кілометрів далі від твоєї, є яскравим свідченням не лише змагальних практик міжгрупової взаємодії, а й недовіри в суспільстві, до його державних інституцій, несформованості групової ідентичності населення

країни. Тобто молоді люди довіряли лише «своїм», які найближче знаходилися до них самих, яких вони бачили кожного дня та з якими вирости, поведінку яких можна було передбачити. У тоталітарному суспільстві поширеними були практики політичних, побутових доносів у каральні органи дуже близьких людей, сусідів, товаришів, навіть родичів (Каганов, 2019). У сталінські часи окремі етнічні групи були несправедливо звинувачені в злочинах, репресовані, переселені з рідних земель на далекі та чужі, надалі – стигматизовані та дискриміновані. У радянському суспільстві окремі жертви політичних репресій у кримінальному та політичному аспектах були реабілітовані, а от вибачення, покаяння, відновлення соціальної та історичної справедливості, політичної реабілітації стосовно великих соціальних груп (етнічних, національних, селян, культурних діячів) не було здійснено, а отже за цим усім тягнувся величезний невидимий шлейф історичних упереджень, суперечливих думок, так би мовити, «мовчазної невизначеності»: а хто ці люди і що саме вони зробили? а чи дійсно українці, татари, інгуші, чеченці настільки жахливе зробили щось таке, про що й не можна говорити? Росія, як держава-спадкоємець СРСР, використовує ті самі практики міжгрупової взаємодії на основі історичних стереотипів та упереджень щодо етнічних груп усередині своєї країни (чеченські війни) та у відносинах з іншими національно-територіальними групами (російсько-грузинська, російсько-українська війни). Наразі, на окупованих територіях росіяни, за свідченнями учасників ГО «Психологи на війні», застосовують технологію руйнування соціальних зв'язків між членами територіальних громад та родин («Психологи...», 2022). Росіяни звинувачують українців у діях проти них, маніпулятивно посилаючись на доноси сусідів, друзів, родичів. Це породжує недовіру, а, отже, руйнує згуртованість українців як великої соціальної групи, містить ризики негативних соціальних явищ у повоєнний час. Надалі на звільнених територіях соціальні стосунки мають заново відбудуватися, і головна мета проєкту «Психологи на війні», на думку його керівника В. Дорожкіна, побудова довіри до влади, до самих себе, до сусідів, до членів територіальної громади, бо руйнівний досвід війни, серед іншого, призвів до втрати стосунків. Часом люди починають розмовляти з чужими, як із зі знайомими, і, навпаки, зі своїми закриваються та не комунікують (там само).

Гіпердовіру до інгрупи метафорично називають «фамілізмом», однак цей термін має і науковий статус (Самброс, 2014). Взаємодія в суспільстві у політичній, професійній, освітянській сферах життя відбувається за критерієм лояльності до групи, а не фаху. «Своїм» у такому суспільстві дозволено те, за що «чужих» будуть цькувати, водночас наявність «своїх», знайомих у державних органах, ЗМІ, закладах освіти, комунальних підприємствах тощо, підтримка впливових груп забезпечує людині життєві досягнення (Стародубська, 2023b). Конкуренція за статус у групі, закритість групи для чужих, відсутність соціальних ліфтів, низька соціальна мобільність груп – характеристики міжгрупової взаємодії у суспільствах, де проквітає політичний фамілізм, і це часто транзитні, посттоталітарні суспільства. Тому серед українців дуже поширене напівміфологічне твердження, яке час від часу впливає в масовій свідомості під час політичних виборів, що до влади «не пускають»

порядних громадян конкретними вказівками «зверху», перешкодами, попередніми змовами. Однак «культура гіпердовіри до своїх та недовіри до незнайомих», і без установа кимось спеціальних бар'єрів для конкретних осіб на політичних перегонах, призводить до того, що до влади приходять люди, обрані лише за одним критерієм «аби свій» та відкиданням усіх інших критеріїв вибору, навіть моральних, зокрема абсолютно ганебних біографічних подробиць претендентів та обраних.

Проілюструємо соціальне тло міжгрупової взаємодії серед українців динамікою їхньої довіри до окремих державних інститутів. Так, зокрема на прикладі МОН України можна побачити, що позитивна динаміка корелює зі зміцненням статусу міністерства в суспільстві, проведенням освітніх реформ, позитивним іміджем очільників МОН (Слюсаревський, Черниш, 2021), а негативна, навпаки, з гальмуванням реформ і негативним іміджем. Упродовж 2016-2021 років зафіксовано значні коливання довіри населення до МОН, причому досить різкі серед педагогічних працівників, від переважання довіри над недовірою в +36% до зворотного переважання недовіри в -16%. Цікаво, що довіра батьків учнів до МОН упродовж цього періоду виражена меншою мірою, а її динаміка не така гостра: від +7% до -6%. Отже, можна говорити, що суб'єкти міжгрупової взаємодії, зокрема в сфері освіти, мають різні очікування один щодо одного, а ці очікування можуть бути високими, завищеними або низькими, песимістичними або оптимістичними, невинуватими або реалістичними, породжувати ілюзорні сподівання, конфлікти або порозуміння.

Ще одним наслідком вияву недовіри серед українців є постійні сварки, які набули систематичного характеру (у соціальних мережах цей термін називається дещо більш відверто), – механізм компульсивного пошуку «своїх» через демонстрацію дій та рішень із прихильності до своїх (Стародубська, 2023b). Феномен систематичних сварок за своєю психологічною природою найближчий до мобінгу, хоча і між ними є відмінності (Чорна, 2023). Як стверджують аналітики, суперечки в соціальній групі стали світовим трендом (Sayama, 2020).

Страх втратити схвалення й підтримку субгрупи примушує учасників таких псевдодиспутів якнайкраще показати свою обізнаність у предметі обговорення, захистити позиції своїх у будь-який спосіб, навішати стереотипних ярликів на опонентів, просто «перемогти», а не знайти оптимальне розв'язання проблеми. Систематичні сварки між українцями можна розглядати і як проєкції небажаних проявів та рис самоідентичності українців на представників аутгруп, інгрупи та референтних груп (Чуніхіна, 2020). Водночас це є маркером слабкості психологічних (і соціальних) структур, які могли б виконувати функції екстерналізованого Я-ідеалу як ідеї втіленої досконалості (Чуніхіна, 2020). Українці прагнуть ідеалу, але ж у чому він виявляється, питають вони. І тут слабкість таких психологічних, соціальних структур зникається зі слабкістю формальних інституцій (Стародубська, 2023a).

Суперечки та сварки між українцями, які часто можна спостерігати в соціальних мережах, маркують точки розлому в суспільстві на умовні групи, взаємодія між якими, як представниками цих груп, є поляризованою, емоційно насиченою, конфліктною, а часом набирає форм булінгу загальнонаціонального

рівня. Згадаймо ситуації з фото першої леді Олени Зеленської, зроблені всесвітньовідомою фотомиткинею Енні Лейбовіц для журналу Vogue (Donadio, 2022). На деяких із цих фото Олена позує разом зі своїм чоловіком Володимиром Зеленським. Або ж згадаймо фото журналісток 5 каналу для календаря на 2023 рік (Гарячий аукціон..., 2022). Соціальний контекст фото, дійсно, містить предмет для жвавих дискусій: російсько-українська війна та що саме можна та дозволено робити заради перемоги над рашистами. Чи можна знімками дружини президента для популярного журналу привертати увагу світової громадськості до несправедливої війни, яка ведеться в Україні? Чи можна збирати гроші на зброю для війська, продаючи календар з оголеними журналістками? – ось типові запитання для дискусії. Однак замість дискусії, яка таки подекуди мала місце в пресі, зокрема в американській (Dickinson, 2022), в українському суспільному просторі здебільшого розгорнулися сварки з образами, необґрунтованими узагальненнями, особистими проєкціями, і все це розколює українців на окремі групи, підсилює поляризацію в ньому. Здавалося б конфронтація серед українців має мати місце лише стосовно тих, хто підтримує рашистів, хто захищає «руський мір», хто став колаборантом. Було б зрозумілим, якщо б сперечалися представники умовних групи українців з різними політичними поглядами, відкрито та аргументовано відстоювали ці погляди та не вдавалися б до уїдливих особистих нападок. Але, як показують приклади сварок щодо фото, часто українці нещадно сварилися не стосовно основних соціальних сенсів, які несуть ці фото, а стосовно другорядних деталей на них: пози Олени Зеленської, ракурсів зображення, куту та тонів освітлення тіла журналісток; естетичних уподобань, які завжди є суб'єктивними. Сварки скочуються до дрібниць, і за цим забувається або не усвідомлюється основний зміст суперечності конфлікту. Надалі сварки через дрібниці розбивають українців на умовні групи за другорядними ознаками їхньої взаємодії, а не тим головним, що актуальне під час війни: хто і що зробив для перемоги над росіянами, як стверджує українську національну ідентичність.

Після війни можуть посилитися дискусії «хто кращий українець», хто і що робив під час війни, як наближав перемогу. Справедлива оцінка внеску кожного українця в перемогу надзвичайно важлива. Якщо внески членів групи в її розвиток та досягнення анонімні, то створюється підґрунтя для процесів деіндивідуалізації, ухилення від участі в ній (Bion, 1961). Визначення колаборантів та оцінка дій має бути суцільно індивідуалізованою. Так, водій, який возив харчі українцям у віддалені населені пункти окупованої росіянами території, але для цього зареєструвався, як перевізник, в органах окупаційної влади, не є колаборантом. А от, ті, хто вивозив українських дітей в РФ, організовував псевдореферендуми, глорифікував російських солдат, такими є.

Ці сварки/диспути, як уже було зазначено, свідчать про складні процеси ідентифікації українцями себе, як окремої великої групи, як української нації. Однак швидка стереотипна оцінка, якщо не у військовій формі, якщо залишився в окупації, тут є абсолютно неприйнятною.

Коллективна травма, а тим більше хронічна коллективна травмованість, історична передача моделей міжгрупової взаємодії, які відображають травмованість групи, також є чинником «сварок серед своїх». Тут варто згадати

концепцію В. Біона про паталогізовані процеси в групі, коли вона не розв'язує свої повсякденні завдання, а всю свою енергію спрямовує на обговорення другорядних, дрібних питань свого функціонування, що супроводжується хаотичними діями групи, запізненнями на зустрічі, забуваннями важливих справ, сварками та конфліктами (Bion, & Rickman, 1943; Bion, 1946). Марні базікання перешкоджають розв'язанню проблеми. Свою концепцію В. Біон розробив разом з іншими своїми колегами у лікарні «Нортфілд» (Велика Британія, 1942, 1944) з солдатами, які повернулися з фронту (Harrison, & Clarke, 1992). Якесь частина з них була колишніми військовополоненими, якась мала «дисциплінарні проблеми», багато з них були нагороджені за хоробрість, характеризувалися розумом і чіткістю дій. Однак унаслідок пережитих спільно групою травматичних подій, сильного емоційного впливу травми на групу її динаміка набрала нездорового характеру. У ході «Нортфілдського експерименту» В. Біон, замість того, щоб навести дисципліну серед військових, які перебували в клініці, та взяти ситуацію під контроль, навпаки, ситуацію «відпустив» і погіршив, ніяк адміністративно не впливаючи на хаос у групі. Він вважав, що колективний невроз мають побачити всі військові та навчитися самостійно контролювати свою поведінку. Для вченого провідним чинник реабілітації комбатантів стали «навички членства в групі». Лише через самоорганізацію група може повернутися до здорових процесів (Harrison, & Clarke, 1992).

Якщо існує в суспільстві проблема, то її треба розв'язувати, а не звинувачувати в цьому інших людей. Звинувачення завжди призводять до розділу людей, а це поляризує їх на підгрупи. Н. МакВільямс вбачає в різних політичних лідерах приклади особистісних позицій та реалізацію цих позицій у моделях соціальної взаємодії, які призводять до об'єднання або роз'єднання людей на групи (Мак-Вільямс, 2023). У травматичних ситуаціях зростає ймовірність виникнення в людини реакції звинувачувати всіх без винятку, існує реальна загроза параноїдально шукати недобрі наміри або змову інших, виникає спокуса бачити свою моральну перевагу над іншими (Klein, & Riviere, 1964), виявляти «праведний гнів». І така позиція непродуктивна для українців як великої соціальної групи. Натомість інша позиція передбачає бачення різних сторін інших людей, розуміння причин їхніх учинків, повагу до їхніх життєвих історій, і саме таку позицію, на думку МакВільямс, займав президент США Б. Обама (McWilliams, 2010). На противагу, Д. Трамп, пояснюючи щось своїм громадянам, завжди звинувачував інших, і як результат, американське суспільство стало надзвичайно поляризованим, розділеним на умовні, штучно створені групи. Так, за даними NBC, 58% американців переконані, що Трамп є гіршим за більшість інших президентів США, а 40% заявили, що він є кращим за інших (Choi, 2021). Штурм Капітолію прихильниками Трампа 6 січня 2021 року, внаслідок чого загинули люди, став яскравим прикладом розпалювання політичним лідером ворожнечі серед «своїх».

«Культура сварок», яка існує серед українців, а тим більше, якщо її підтримують політичні, громадські лідери, вкрай небезпечна. Вона становить загрозу громадянській та національній ідентичності населенню України, тому що подрібнює велику соціальну групу українців на підгрупи, часто за

мінімальними ознаками. Знову згадаймо сварки щодо фото дружини президента та журналісток: не та гамма кольорів зображень, не той розворот тіла тощо. Класичне експериментальне дослідження міжгрупової взаємодії Г. Теджфела, здійснене в далекому 1970 році, коли групи формувалися з абсолютно незнайомих людей за мінімальним принципом розрізнення, кому більше подобався із художників – Пауль Клее чи Василь Кандинський, допоможе зрозуміти, наскільки сильними і небезпечними є ці мінімальні розрізнення на «свій-чужий» (Tajfel, 1970). Не зважаючи на те, що члени новостворених груп в експериментальній ситуації розподіляли всього лише умовні гроші між поціновувачами Кандинського та Клее, вони виявляли фаворитизм щодо своєї групи та дискримінацію щодо чужої. В іншому дослідженні (Bargh, 1994) було показано, що за наявності мінімального контролю однією групою над іншою майже автоматично з'являється стереотипізація членів цієї мінімально залежної групи від тієї, що здійснює контроль. Якщо ж ситуація соціальної взаємодії ускладнюється та вже не йдеться про витончені художні смаки учасників взаємодії, а також існують загрози ідентичності групи або міжгрупового конфлікту, то всі негативні ефекти міжгрупової взаємодії різко посилюються.

Говорячи про міжгрупову взаємодію в повоєнний час, неможливо не зачепити питання про примирення між українцями та росіянами після війни. І тут абсолютно не будуть спрацьовувати жодні теорії контакту (Pettigrew, 2021), бо примирення неможливе без прощення українцями росіян, а прощення без покаяння росіян, а покаяння без актів моральної та матеріальної компенсації росіянами шкоди, нанесеної українцям, без публічних вибачень росіян за злочини. Психологи фіксують, що розуміння міжгрупових вибачень і прощення не залежать від індивідуальних особливостей членів постконфліктних громад (Štambuk et al., 2022), тобто тут група демонструє конформізм у змісті, необхідності та процедурах вибачення та прощення. Ураховуючи нарцисичний характер групи-агресора, такі дії, найімовірніше, неможливі. І тут пригадаємо найгірший сценарій міжгрупової взаємодії, коли групова травма, як то війна, запускає коло деструктивних, патологізованих відносин між групами.

Травматичні для групи події, а тим більше неопрацьовані, забуті, непроговорені, а ще жахливіше – прийняті та виправдані групою-жертвою, невизнані групою-агресоркою колективні травми, здійснюють вкрай негативний вплив на соціально-психологічний клімат усередині групи-жертви та власне на міжгрупову взаємодію. Це призводить до посилення закритості групи, група не допускає у свій внутрішній світ «чужих» (Чорна, 2021b), нею втрачена довіра до усіх «не своїх». Надалі світ ділиться на закриті коло внутрішньогрупової взаємодії та на всіх інших, підозрілі та ворожі аутгрупи. Якщо навіть інші групи налаштовані мирно або нейтрально щодо взаємодії, то викривлене сприйняття травмованої групи зробить з них заздрісників, змовників, злодіїв. З часом соціальна група може нагадувати тоталітарну секту: усі хороші люди перебувають лише в нашій групі, а всі, хто не з нами, ті погані та недостойні. Лише той є хорошим, хто приєднається до нас. Тобто етика міжгрупової взаємодії базується на тому, що приналежність до інгрупи означає і автоматичну моральність дій її членів, а усіх своїх захищатимемо, щоб вони не зробили.

Ображена та незрозуміла група втрачатиме повагу інших, і щоб компенсувати власну самооцінку, може вдаватися до екстремальної міжгрупової взаємодії. Надалі група-жертва, без опрацювання своїх історичних і колективних травм, сама може стати групою-агресором. Тому так важливо українцям усвідомлювати свої колективні травми, навіть ті, які стали вже історичними, ідентифікувати агресора, як ворога. У жодному разі неможливе примирення з російським агресором без його покарання, покаяння та репарацій з його сторони. Це не лише питання справедливості, а й морально-психологічного клімату, запобігання наступним колективним травмам, утвердження соціально-психологічного добробуту в українському суспільстві.

Отже, хоча в нашому повсякденному мирному житті змагальні практики, окрім, мабуть, спортивних, які передбачають саме фізичну наявність на певній території двох груп та публічну демонстрацію за обмежений проміжок часу суперництва, зустрічаються рідко, однак відкрита або прихована конкуренція між малими групами виробничих, навчальних колективів, організацій та установ за досягнення та статус, а, отже, і за престиж, існуватиме завжди. У повсякденному житті міжгрупова взаємодія зазвичай прихована. Групові упередження, які злітають з уст пересічних громадян у громадському транспорті, стереотипи взаємодії в державних установах, які наслідують радянські авторитарні моделі, поляризовані думки користувачів соціальних мереж становлять окремі випадки міжгрупової взаємодії, які не завжди помічаються та ідентифікуються. Соціальні «грубі» узагальнення мають бути замінені на позиції розуміння контексту, мотивів, історичних дискурсів взаємодії українців. Настав час для розуміючого політичного та громадського лідерства в українському соціумі, продукування моделей об'єднання українців на засадах спільної долі, спільних цінностей, пережитих життєвих випробувань. Зміцнення громадянського суспільства сприятиме успішному реагуванню на виклики міжгрупової взаємодії.

Питання для самоконтролю та закріплення матеріалу:

1. Міжгрупова взаємодія – це... (продовжити).
2. Наведіть типові приклади соціального простору міжгрупової взаємодії.
3. Назвіть функції соціальної групи та мотиви перебування людини в групі.
4. Чому вважається, що міжгрупова взаємодія є продовженням внутрішньогрупової?
5. Чи існує міжгрупова взаємодія серед «своїх»? Відповідь обґрунтуйте.
6. Що таке «бухгалтерія» міжгрупової взаємодії? Як вона обраховується?
7. Чому ідентичність особи є суто соціально-психологічним поняттям?
8. Чому ідентичність особи охоплює історію її інгрупи?
9. Наведіть приклади вдалих соціальних репрезентацій груп у процесах взаємодії.
10. Наведіть критерії виокремлення механізмів міжгрупової взаємодії?
11. Наведіть приклади міжгрупової взаємодії, які можна було б охарактеризувати як ризики її негативного розвитку.

12. Чому міжгрупові відносини насправді є конкурентними, етноцентричними та дискримінаційними?
13. Чому соціальна категоризація призводить до стереотипізації у взаємодії?
14. Які завдання вирішує група, стигматизуючи іншу?
15. Реалістична теорія втручання в міжгрупову взаємодію та концепції «легкого дотику»: в чому різниця та яка ефективність інтервенцій? Які соціально-психологічні практики вважаються найбільш ефективними в доланні міжгрупових упереджень?
16. Яким чином соціальні групи компенсують тривоги та відчуття загроз власній ідентичності?
17. Які основні соціально-психологічні механізми переростання групових упереджень та дискримінації у війну між групами та геноцид?
18. Яким чином під час війни змінюється міжгрупова взаємодія?
19. Чи є російсько-українська війна міжгруповим конфліктом? Відповідь обґрунтуйте. Дайте визначення російсько-української війни в соціально-психологічній парадигмі міжгрупової взаємодії.
20. Що таке колективна травма, зокрема –травма війни?
21. Які основні механізми колективної травматизації?
22. Що таке вторинний травмівний стрес і які його ознаки?
23. Які колективні травми мають здатність передаватися наступним поколінням?
24. Від яких чинників залежить тяжкість колективних травм?
25. Як ви бачите реалізацію принципу справедливості в подоланні негативних наслідків російсько-української війни?
26. Від чого залежить узгодження конфліктних позицій носіїв історичної пам'яті?
27. Які дослідження міжгрупової взаємодії, на Вашу думку, можна вважати знаковими в психології? Чому?
28. Якими чинниками обумовлені стресові переживання мігрантів?
29. Встановлення контакту в міжгруповій взаємодії: перелічіть передумови та чинники гармонізації відносин.
30. Що таке розуміюче лідерство та яка його роль у розв'язанні викликів міжгрупової взаємодії?

Працюємо з поняттями: завдання для самостійної роботи

1. «Нульова» ідентичність членів групи: до чого це призводить?
2. Нарцисичне зваблення та деструктивна взаємодія між групами, як вони пов'язані?
3. Охарактеризуйте основні етапи «злоякісної пропаганди» за V. Volkan? Які механізми міжгрупової взаємодії задіяні в такій пропаганді?
4. Обрана або неперетравлена травма великої соціальної групи за V. Volkan – наведіть історичні приклади.
5. Пам'ять місця: хто досліджував, як визначається поняття та як воно стосується міжгрупової взаємодії?

6. Групова ідентичність та ідентичність групи: в чому різниця та яким чином вони виявляються у взаємодії груп під час війни?

Креативні завдання та дискусійні питання для обговорення:

1. Пригадайте всі відомі вам види взаємодії між групами. Наведіть їх у певній послідовності та обґрунтуйте динаміку міжгрупової взаємодії у цій послідовності.
2. Складіть орієнтовний перелік компонентів міжгрупової взаємодії та зробіть вашу авторську модель цієї взаємодії.
3. Визначте показники сприйняття соціальними індивідами інгрупи та аутгрупи, наприклад: виразна помітність, проникність групових меж, нижчий/вищий статус. Наведіть інші показники. На основі цих показників заповніть таблицю 2, знайдіть різне та подібне у сприйнятті інгрупи та аутгрупи. Кількість рядків таблиці – необмежена.

Таблиця 2

Соціальна перцепція інгрупи та аутгрупи

Показник	Інгрупа	Аутгрупа
Різне		
Подібне		

4. Чи ущільнюються психологічні межі групи при збільшенні величини групи? Відповідь обґрунтуйте.
5. Наведіть історичні приклади дискримінаційних практик міжгрупової взаємодії?
6. Наведіть основні причини міжгрупових конфліктів та непорозумінь, а також – упередженості та дискримінаційної поведінки груп. Порівняйте ці причини, чим вони вирізняються?
7. Опишіть та порівняйте феноменологію міжгрупової взаємодії групи-агресора та мирної групи. Результати аналізу відобразіть у таблиці 3.

Таблиця 3

Феноменологія міжгрупової взаємодії

Феноменологія	Мирна група	Група-агресор

За результатами аналізу та узагальнення зробіть висновки: Чи вирізняється феноменологія взаємодії мирної групи та групи-агресора? Як вирізняється соціальна перцепція міжгрупової взаємодії з цих двох позицій груп?

8. Які стратегії міжгрупової взаємодії використовують групи для розв'язання морально складної ситуації? Наведіть історичні приклади таких стратегій.
9. Здійсніть аналіз доступних вам публікацій за темою «Гіпотеза Марлі та її емпіричні підтвердження». Зробіть висновки на предмет визначення механізмів міжгрупової взаємодії. Використовуйте міждисциплінарний підхід до аналізу проблеми.
10. Здійсніть аналіз доступних вам публікацій за темою «Особливості мапування території як засіб домінування в міжгруповій взаємодії». Зробіть висновки на предмет визначення механізмів міжгрупової взаємодії. Використовуйте міждисциплінарний підхід до аналізу проблеми.
11. Переміщення, територіальні змішування та обмеження етнічних груп в утвердженні владно-підвладних відносин в авторитарній державі: наведіть приклади зі світової історії.
12. Які механізми міжгрупової взаємодії були задіяні в псевдоміфі «руський мір»?
13. Які психологічні механізми впливу на соціальну ідентичність населення використовують представники російського агресора на окупованих українських територіях?
14. Які суперечності міжгрупової взаємодії серед українців можуть перерости в формування субідентичностей окремих умовних груп? Чи це є загрозами національній ідентичності українців? Відповідь обґрунтуйте.
15. Які ознаки колективної травми війни ви спостерігали на собі?
16. Який ваш особистий досвід протидії інформаційній війні?
17. Чи відчували ви симптоми вторинного травмівного стресу?
18. Пригадайте випадки, коли активні дії допомагали ефективніше долати травмівні ситуації.
19. Які виклики міжгрупової взаємодії серед українців Ви бачите зараз? Які групові ресурси мають українці для їхнього розв'язання?
20. Чи обумовлює групова ідентичність стійкість членів групи в доланні складних соціальних ситуацій? Відповідь обґрунтуйте.

Література до розділу 1

Горноста́й, П. (2021). Колективна травма як складна соціальна ситуація: системно-понятійний аналіз. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 48(51), 100–111.

Горноста́й, П. (2019). Групові захисні механізми як форма реагування на колективні травми. *Проблеми політичної психології*, 22(1), 89-114. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol22-Year2019-27>

Імшенецька, І., Базь, Л., Черниш, Л. (2022). Стан суспільної свідомості в Україні напередодні повномасштабного російського вторгнення. *Лютий' 2022 : інформаційний бюлетень*. К.: ІСПП НАПН України.

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України (2023). Результати всеукраїнського репрезентативного опитування – «Стан суспільної свідомості в Україні під час повномасштабного російського вторгнення». <https://ispp.org.ua/2023/07/24/2023-rezultati-vseukrainskogo-reprezentativnogo-opituvannya-stan-suspilnoii-svidomosti-v-ukraini-pid-chas-povnomasshtabnogo-rosijskogo-vtorgnennya/>

Київський міжнародний інститут соціології (2021). Ставлення населення України до Росії та населення Росії до України. <https://www.kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=1078>

Козлова, О. А. (2017). Соціальна психологія груп та групової взаємодії. Харків : НТУ «ХП».

Комплексне дослідження «Як війна змінила мене та країну. Підсумки року» (2023). Електронний ресурс. Режим доступу: <https://ratinggroup.ua/research/ukraine/kompleksne-dosl-dzhennya-yak-v-yna-zm-nila-mene-ta-kra-nu-p-dsumki-roku.html>

Кухарук, О. Ю. (2021). Протиставлення «ми» - «вони» в міжгруповій взаємодії: тлумачення, загрози, можливості прогнозування соціальної поведінки. *Проблеми політичної психології*, 24 (1), 174 – 184. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol24-Year2021-72>

Коробка, Л. М. (2019). Адаптація спільноти до суспільних змін унаслідок воєнного конфлікту: від переживання травми до відновлювальних зусиль та розвитку. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*, 4, 176-182. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-4-23>

Самборська, С. (2018). *Невивчені уроки трупоб. Тверезий погляд*. URL: <https://tverezo.info/post/48294>

Слюсаревський, М. М., Блинова, О. Є. (2018). *Психологія міграції*. Київ: Талком.

Слюсаревський, М. М. (ред.), Бублик, П. І., Горностаї, П. П., Литвин, М. О., Татенко, В. О., Титаренко, Т. М., Хазратова, Н. В. (2018). *Основи соціальної психології*. К. : Талком.

Слюсаревський, М. М. (ред.), Жовтянська, В. В., Суший, О. В., Татенко, В. О., Кальницька, Ю. С., Кухарук, О. Ю., Петушкова, А. С., Скорик, М. М. (2018). *Соціально-психологічне мислення: генеза, основні форми та перспективи розвитку*. Кропивницький : Імекс-ЛТД.

Слюсаревський, М. М. (ред.), Гуменюк, О. І., Дворник, М. С., Черниш, Л. П. (2019). *Соціальна ситуація в Україні: особливості відображення трансформаційних процесів у громадській думці (2014–2018)*. Київ : Талком.

Слюсаревський, М. М. (ред.), Черниш, Л. П. (упор.) (2021). *Проблеми освітньої галузі у дзеркалі громадської думки : Довідковий бюлетень. Вересень ' 2021*. К. : ІСПП НАПН України.

Слюсаревський, М., & Чорна, Л. (2018). Психологічний стан і громадянська ідентичність дітей-переселенців зі сходу України. *Проблеми політичної психології*, 21(1), 69-86. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol21-Year2018-6>

Чорна, Л. Г. (Ред.), Горностай, П. П., Вус, В. І., Коробанова, О. Л., Плетка, О. Т. (2021a). *Групові ресурси подолання наслідків негативних соціальних явищ*. Кропивницький : ІМЕКС-ЛТД.

Чорна, Л. Г. (Ред.), Горностай, П. П., Яремчук, О. В., Вус, В. І., Коробанова, О. Л., Плетка, О. Т. (2021b). *Проблемна взаємодія в групах: феноменологія, чинники, профілактика*. Кропивницький : ІМЕКС-ЛТД.

Чуніхіна, С. Л. (2020). Свої чужі: напрями продукування і психологічна роль «іншого» в українському суспільстві. *Ideology and politics journal*, 2(16), 304-320.

Campbell, D. T. (1967). Stereotypes and the perception of group differences. *American Psychologist*, 22(10), 817–829. <https://doi.org/10.1037/h0025079>

Freud, S. (1922). *Group Psychology and The Analysis of The Ego*. London, Vienna: The international psycho-analytical press.

Hogg, M. A. & Gaffney, A. M. (2018). Group processes and intergroup relations. In John T. Wixted (Ed.), *The Stevens' handbook of experimental psychology and cognitive neuroscience*. Volume 3: Developmental and social psychology. New York: John Wiley & Sons, Inc. [doi: 10.1002/9781119170174.epcn414](https://doi.org/10.1002/9781119170174.epcn414)

Paluck, E. L., Porat, R., Clark, C. S., & Green, D. P. (2021). Prejudice reduction: progress and challenges. *Annual Review of Psychology*, 72, 533-560. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-071620-030619>

Starodubskaya, M. (2023). Excessive Brotherly Love? -'Fraternity' of Russians and Ukrainians as a Russian Propaganda Narrative. *Connections The Quarterly Journal*. QJ 21. 47-66. DOI:10.11610/Connections.21.3.33.

Tajfel, H. (1959). Quantitative judgement in social perception. *British Journal of Psychology*, 50, 16–29.

Tajfel, H. (1970). Experiments in intergroup discrimination. *Scientific American*, 223, 96–102.

Tajfel, H., Billig, M., Bundy, R. P., & Flament, C. (1971). Social categorization and intergroup behavior. *European Journal of Social Psychology*, 1, 149–177.

Tajfel, H., Turner, G. C., Austin, W. G., Worchel, S. (1979) An integrative theory of intergroup conflict. *Organizational identity: A reader*, 56-65.

**Список посилань на першоджерела,
використані при підготовці розділу та які можуть бути використані
студентами та аспірантами як додаткова література**

Алексєєнко, Н. В. (2022). Незвичні умови існування вимушених емігрантів як фактор екстремального впливу на психіку особистості. У *Особистість. Суспільство. Війна : тези доп. учасників міжнар. психол. форуму (м. Харків, 15 квіт. 2022 р.)*. Харків. ХНУВС, 10–13. Retrieved from: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/13387>

- Васютинський, В. (2008). Російськомовна спільнота в Україні: загрози ідентичності і постави щодо інтеграції. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна, 1, 37-44.
- Васютинський, В. (2018). Семантична структура уявлень студентів про історичні провини Українців. *Проблеми політичної психології*, 21(1), 43-53. <https://doi.org/10.33120/porp-Vol21-Year2018-4>.
- Вознесенська, О. Л. (2015). *Ресурси арт-терапії на допомогу вимушеним переселенцям*. К.: Human Rights Foundation.
- Галецька, І. І. (2005). Психологічні чинники соціальної адаптації. *Соціогуманітарні проблеми людини*, 1, 91–100.
- Гарячий аукціон до дня ЗСУ завершено: журналістки «5 каналу» знялися для благодійного календаря «без цензури» (2022). <https://www.5.ua/suspilstvo/kalendar-293331.html>
- Горностай, П. П. (ред.), Коробанова, О. Л., Плетка, О. Т., Циганенко, Г. В., Чорна, Л. Г. (2018). *Свідоме і несвідоме у груповій взаємодії*. Кропивницький : Імекс-ЛТД.
- Горностай, П. П., Чорна, Л. Г. (ред.) (2022). *Міжгрупова взаємодія в умовах війни: ідентичності, картини світу, долання травми: матеріали круглого столу*. [Електронний ресурс]. Київ: Талком. <http://gorn.kiev.ua/group/Intergroup-Interaction-in-War-Time.pdf>
- Дембицький, С. (2022). *Соціологічний моніторинг «Українське суспільство»*. Громадська думка в Україні після 10 місяців війни. Електронний ресурс: <http://surl.li/iwkkz>
- Діброва, В. А. (2023). Особистісне майбутнє внутрішньо переміщених осіб: стратегії конструювання. *Проблеми політичної психології*, 13 (27). 65-76. <https://doi.org/10.33120/porp-Vol13-Year2023-130>
- Жовтянська, В. В. (2020). Психологія репрезентацій дійсності. К.: Талком. ISBN 978-617-7832-92-7
- Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб» від 20.10.2014 №1706-VII.
- Злобіна, О., Шульга, М., Бевзенко Л. (2016). *Соціально-психологічні чинники інтеграції українського соціуму*. К.: Інститут соціології НАН України.
- Кабачій, Р. (2019). *Вигнані на степи. Депортація українців із Польщі на Південь України в 1944-1946 роках*. К. : Люта справа.
- Каганов, Ю. (2019). *Конструювання «радянської людини» (1953-1991): українська версія*. Запоріжжя: Інтер-М.
- Кедивар, В. В., Христенко, В. Є. (2021). *Синдром жертви у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту*. Харків, НУЦЗУ.
- Конвенція ООН про статус біженців 1951 року*. Retrived from: <http://surl.li/mmrja>
- Коробанова, О. Л. (2021). Проблемна взаємодія в групах внутрішньо переміщених осіб та особливості групової феноменології. У Чорна, Л. Г. (ред.), Горностай, П. П., Яремчук, О. В., Вус, В. І., Коробанова, О. Л., Плетка, О. Т. *Проблемна взаємодія в групах: феноменологія, чинники, профілактика* (с. 59-64). Кропивницький: ІМЕКС-ЛТД.
- Коробанова, О. Л. (2022). Фасилітація міжгрупової взаємодії обдарованої молоді. Обдаровані діти - скарб нації!: мат-ли III Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції (Київ, 18-23 серпня 2022 року). Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 483-491.
- Коробанова, О. Л. (2023). Міжгрупова взаємодія української молоді за кордоном. У Найдьонова Л. А., Найдьонов, М. І. Доценко, Л. В. (ред.) *Конструктивна рефлексія конфронтації і кооперації: психологічні ризики і ресурси війни* (Мат-ли міжнар. міжгалуз. конф., м. Київ, 25 квітня 2023 р.). Київ: IRIS, 124-127. doi.org/10.59416/BGLS4577
- Креденцер, О., Карамушка, Л., Вальдшмідт, Ф., Клімов, С. (2022). Концепція проєкту «Соціально-психологічна підтримка українців в Німеччині». *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 3(27), 6-25. <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.1>
- Лемкін, Р. (2020). *Радянський геноцид в Україні*. К. : Markobook.
- Мак-Вільямс, Н. (2023). *Для моїх українських колег з нагоди болісної річниці*. Електронний ресурс: <https://www.youtube.com/@nationalpsychologicalassoc7192/videos>

Мяленко, В. В. (2019). Психологічні стратегії адаптації внутрішньо переміщених осіб у процесі опрацювання травматичного досвіду. У Коробка, Л. М. (ред.), Васютинський, В. О., Вінков, В. Ю., Губеладзе, І. Г., Гусев, І. М. (с. 117-129). *Спільнота в умовах воєнного конфлікту: психологічні стратегії адаптації*. Кропивницький : Імекс-ЛТД.

Олена Гусейнова та Анна Грувер відмовилися від участі в естонському літфестивалі через росіянку (2023). <https://suspilne.media/469208-olena-gusejnova-ta-anna-gruver-vidmovilis-vid-ucasti-u-estonskomu-litfestivali-cerez-rosianku/>

Оцінка громадянами ситуації в країні та дій влади, довіра до соціальних інститутів (лютий–березень 2023р.). Електронний ресурс. Режим доступу: <https://razumkov.org.ua/napriamky/sotsiologichni-doslidzhennia/otsinka-gromadianamy-sytuatsii-v-kraini-ta-dii-vlady-dovira-do-sotsialnykh-instytutiv-liutyi-berezen-2023r>

Пападопулас, Р. (2023). *У чужому домі. Травма вимушеного переміщення: шлях до розуміння і одужання*. Київ: Лабораторія.

Пикало, А. (2020). Питання про німецьку провину у філософії Карла Ясперса. *Вісник ХНУ імені В. Н. Каразіна. Серія «Філософія. Філософські перипетії»*, 63, 26-33. DOI: <https://doi.org/10.26565/2226-0994-2020-63-3>

Плющ, В. А. (2020). Соціологічні моделі соціокультурної адаптації сучасних мігрантів в іншокультурному середовищі. *Актуальні проблеми філософії та соціології*, 27, 103-114. <https://doi.org/10.32837/apfs.v0i27.930>

Попов, Б., Ігнатів, В., Степико, М., Головка, С., Каверіна, С. (1997). *Життя етносу: соціокультурні нариси*. Київ: Либідь.

Прайтлер, Б. (2022). *На їхньому боці. Психосоціальна робота з травмованими біженцями*. Львів: ВНТЛ-Класика.

«Психологи на війні»: як відновлюють соціальну довіру між людьми, які пережили окупацію (2022). <http://surl.li/lewqm>

Роз'яснення щодо тимчасового захисту та отримання статусу біженця. 17.03.2022. Уповноважений Верховної Ради України з прав людини. (2022). *Retrieved from: https://ombudsman.gov.ua/news_details/rozyasnennya-shchodo-timchasovogo-zahistu-ta-otrimannya-statusu-bizhencya*

Самброс, А. С. (2014). Політичний фамілізм: проблеми концептуалізації та внутрішні механізми феноменів. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Питання політології»*, 1132, 27, 46-54.

Скороход, К. (2020). *Дегуманізаційні характеристики сприйняття російських військових внутрішньо переміщеними особами зі сходу України*. [електронний ресурс] <http://surl.li/dzuaw>

Словник української мови. Академічний тлумачний словник (1970-1980).

Стародубська, М. (2023а). «Дію, як вірю» чи «що скажуть люди». *Як суспільні норми впливають на довіру до інституцій, відносини в суспільстві та сприйняття реформ*. Електронний ресурс: <http://surl.li/lewqg>

Стародубська, М. (2023б). *Національна забава українців. Чому ми так любимо смачно посваритися. Чому українцям важко домовлятися*. Електронний ресурс: <https://nv.ua/ukr/opinion/author/mariya-starodubska.html>

Франкл, В. (2018). *Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі*. Харків: Клуб сімейного дозвілля.

Чорна, Л. Г. (2022). Хронотоп життя українця в умовах російсько-української війни. Матеріали *Круглого столу «Психологія російсько-української війни: внутрішній погляд»* (НАПН України, ІСПП). К.: Талком, 44-47.

Чуніхіна, С. Л. (2023). Конгруентне політичне лідерство і деліберативна демократія. Взято: Панок, В. Г. (ред.). *Українська психологія. XXI століття. Початок (Дні української психології в Берліні)*: мат-ли наук.-пр. конф. з міжнарод. уч. 27-28 квітня 2023 року. Київ: НАПН, 443-447.

Шевченко, В. В. (2022). «Синдром біженця» як психологічна проблема в умовах війни. *Габітус*, 42. 228-231.

- Шутценбергер, А. А. (2005). *Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциогаммы*. Москва: Изд-во Института Психотерапии.
- Юнг, К. Г. (2019). *Аіон: Нариси щодо символіки самоті*. Львів: Астролябія.
- Ager, A., & Strang, A. (2004). Indicators of integration: Final Report. Home Office. *Development and Practice Report 28*. London: Home Office.
- Allport, G. W. (1954). The nature of prejudice. Addison-Wesley.
- Andronic, A. M. T., Constantin, T. (2022). Migrant Acculturation: A Multidimensional Review. *Journal of Identity and Migration Studies*, 16, 2, 2-23.
- Assmann, J. (2008). 'Communicative and Cultural Memory'. In A. Erll & A. Nünning (Eds.), *Cultural Memory Studies. An International and Interdisciplinary Handbook* (pp. 109—118). Berlin, New York.
- Atallah, D. G., & Dutta, U. (2023). Decolonization unnamed: Echoes of healing and refusal in the face of dehumanization and alienation. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 29(2), 77–81. <https://doi.org/10.1037/pac0000686>
- Bargh, J. A. (1994). The four horsemen of automaticity: awareness, intention, efficiency, and control in social cognition. In R.S.Wyer, Jr., & T. K. Srull (Eds.), *Handbook of Social Cognition* (Vol. 1, 2nd ed., pp. 1–40). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bate, B. (2018). Understanding the influence tenure has on meanings of home and homemaking practices. *Geography compass*, 12, 1. e12354. <https://doi.org/10.1111/gec3.12354>
- Beilmann, M. & Lilleoja, L. (2015). Social Trust and Value Similarity: the Relationship between Social Trust and Human Values in Europe. *Studies of Transition States and Societies*, 7(2), 19-30.
- Berne, E. (1964). *Games People Play*. Grove Press.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 5-34. <https://doi.org/10.1080/026999497378467>
- Berry, J. W. (1999). Aboriginal cultural identity. *Canadian journal of native studies*. 19(1), 1-36.
- Bion, W. R. (1946). The leaderless group project. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 10, 77–81.
- Bion, W. R. & Rickman, J. (1943) Intra-group tensions in therapy: their study as a task of the group. *Lancet*, 2, 678–681.
- Bion, W. R. (1961). *Experiences in Groups*, London: Tavistock.
- Blackwell, A. F., Rode, J. A., Scott, E. T. (2009). How do we program the Home? Gender, attention investment, and the psychology of programming at home. *International Journal of Human Computer Studies*. 1-29. <https://doi.org/10.1016/j.ijhcs.2008.09.011>
- Bloom, P. B.-N., Kimhi, S., Fachter, S., Shamai, M., & Canetti, D. (2020). Coping with moral threat: Moral judgment amid war on terror. *Journal of Conflict Resolution*, 64(2-3), 231–260. <https://doi.org/10.1177/0022002719854209>
- Boccagni, P., Hondagneu-Sotelo, P. (2021). Integration and the struggle to turn space into «our» place: Homemaking as a way beyond the stalemate of assimilationism vs transnationalism. *International Migration*, 61, 1, 154-167. <https://doi.org/10.1111/imig.12846>
- Boccagni, P., Vargas-Silva, C. (2021). Feeling at home across time and place: A study of Ecuadorians in three European cities. *Population, Space and Place*, 27(6). <https://doi.org/10.1002/psp.2431>
- Bocian, K., Cichočka, A., & Wojciszke, B. (2021). Moral tribalism: Moral judgments of actions supporting ingroup interests depend on collective narcissism. *Journal of Experimental Social Psychology*, 93, Article 104098. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2020.104098>
- Bochner, S. (1982). The Social Psychology of Cross-Cultural Relations. In S. Bochner (Ed.), *Cultures in Contact: Studies in Cross-Cultural Interaction* (pp. 5-44). Oxford: Pergamon. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-025805-8.50008-1>

- Bonam, C. M., Nair Das, V., Coleman, B. R., & Salter, P. (2019). Ignoring history, denying racism: Mounting evidence for the Marley hypothesis and epistemologies of ignorance. *Social Psychological and Personality Science*, 10, 257–265. <http://doi.org/10.1177/1948550617751583>
- Brunnet, A. E., Kristensen, C. H., Lobo, N. Ds., Derivois, D. (2022). Migration experience and mental health: A qualitative study in France and Brazil. *International Journal of Social Psychiatry*, 68(2), 376-383. doi:10.1177/0020764021999695
- Campbell, D. T. (1958). Common fate, similarity, and other indices of the status of aggregates of persons as social entities. *Behavioral Science*, 3, 14–25.
- Carlsson, M. J., Sonne, C. K. (2018). Mental Health, Pre-migratory Trauma, and Post-migratory stressors Among Adult Refugees: Theory, Research and Clinical Practice. In book: *Mental Health of Refugee and Conflict-Affected Populations*. https://doi.org/10.1007/978-3-319-97046-2_2
- Castano, E., Leidner, B., Slawuta, P. (2008). Social identification processes, group dynamics and the behavior of combatants. *International Review of the Red Cross*, 90 (870), 259-271. DOI:10.1017/S1816383108000301.
- Castells, M. (2006) *The Theory of The Network Society*. MPG Books Ltd, Bodmin, Cornwall.
- Castro, F. G., & Murray, K. E. (2010). Cultural adaptation and resilience: Controversies, issues, and emerging models. In J. W. Reich, A. J. Zautra, & J. S. Hall (Eds.), *Handbook of adult resilience* (pp. 375–403). The Guilford Press.
- Cervantes, R. C., & Castro, F. G. (1985). Stress, coping, and Mexican American mental health: A systematic review. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 7(1), 1-73. <https://doi.org/10.1177/07399863850071001>
- Choi, J. (2021). Trump approval rating relatively unchanged in wake of Capitol rioting: NBC News poll. <http://surl.li/ldqvq>
- Chorna, L., Gleitze, J., & Gorman, R. (2022). Systemic vulnerability of schoolteachers: a scoping review to compare the systemic pressures faced by teachers in countries with and without a totalitarian past. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 49(52). [https://doi.org/10.33120/sssppj.vi49\(52\).258](https://doi.org/10.33120/sssppj.vi49(52).258)
- Coombs, W. T. (2014). *Ongoing crisis communication: Planning, managing, and responding* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Cormos, V. C. (2022). The Processes of Adaptation, Assimilation and Integration in the Country of Migration: A Psychosocial Perspective on Place. Identity Changes. *Sustainability*, 14, 10296. <https://doi.org/10.3390/su141610296>
- Crocker, J., & Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: the self-protective properties of stigma. *Psychological Review*, 96, 608–630.
- Danilova, T., Kuźma, I. B, Sushyi, O., Matvienko, I., Beznar, A., Poperechna, G., Honcharenko, K. (2022). On War, Uncertainty, and Future: Lessons Learned from the Eastern Philosophy. *Wiadomości Lekarskie*, 75, 8 (1), 1914-1919. <https://doi.org/10.36740/WLek202208117>
- Donadio, R. Portrait of Bravery: Ukraine’s First Lady, Olena Zelenska (2022). *Vogue*, July 26. <https://www.vogue.com/article/portrait-of-bravery-ukraines-first-lady-olena-zelenska>
- Dickinson, P. (2022). Vogue diplomacy: First Lady Olena Zelenska is Ukraine’s secret weapon. <https://www.atlanticcouncil.org/blogs/ukrainealert/vogue-diplomacy-first-lady-olena-zelenska-is-ukraines-secret-weapon/>
- Dovidio, J. F., & Gaertner, S. L. (2010). Intergroup bias. In S. T. Fiske, D. T. Gilbert, & G. Lindzey (Eds.), *Handbook of Social Psychology* (5th ed., Vol. 2, pp. 1084–1121). Hoboken, NJ: Wiley.
- Durnová, A., Mohammadi, E. (2021). Intimacy, home, and emotions in the era of the pandemic. *Sociology Compass*, 21, 15: e1. <https://doi.org/10.1111/soc4.12852>
- Feinstein, F., Poleacovschi, C., Drake, R., Winters, L. A. (2022). States and Refugee Integration: a Comparative Analysis of France, Germany, and Switzerland. *Journal of International Migration and Integration*, 23, 2167-2194. <https://doi.org/10.1007/s12134-021-00929-8>
- Festinger, L., Schachter, S., & Back, K. (1950). *Social Pressures in Informal Groups: A Study of Human Factors in Housing*. New York, NY: Harper.
- Freud, S. (1917). Taboo of virginity. *Standard Edition*, 11, 191–208. London: Hogarth.

- Gausel, N., Leach, C. W., Vignoles, V. L., & Brown, R. (2012). Defend or repair? Explaining responses to in-group moral failure by disentangling feelings of shame, rejection, and inferiority. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(5), 941–960. <https://doi.org/10.1037/a0027233>
- Grigoryan, L., Cohrs, J. C., Boehnke, K., van de Vijver, F. (A. J. R.), & Easterbrook, M. J. (2022). Multiple categorization and intergroup bias: Examining the generalizability of three theories of intergroup relations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 122(1), 34–52. <https://doi.org/10.1037/pspi0000342>
- Gyurovski, I., & Lester, E. (2022). Does outcome bias trump political tribalism? *Translational Issues in Psychological Science*, 8(3), 323–340. <https://doi.org/10.1037/tps0000333>
- Hamilton, D. L., & Sherman, J.W. (1989). Illusory correlations: implications for stereotype theory and research. In D. Bar-Tal, C. F. Graumann, A. W. Kruglanski, & W. Stroebe (Eds.), *Stereotyping and Prejudice: Changing Conceptions* (pp. 59–82). New York, NY: Springer.
- Harari, Yuval Noah (2022). *The war in Ukraine could change everything*. https://www.ted.com/talks/yuval_noah_harari_the_war_in_ukraine_could_change_everything
- Harrison, T., & Clarke, D. (1992). The Northfield Experiments. *The British Journal of Psychiatry*, 160(5), 698-708. doi:10.1192/bjp.160.5.698
- Harvey, O. J. (1989). Muzafer Sherif (1906–1988). *American Psychologist*, 44(10), 1325–1326. <https://doi.org/10.1037/h0091637>
- Haslam, N., & Loughnan, S. (2014). Dehumanization and Infrahumanization. *Annual Review of Psychology*, 65(1), 399–423. <https://doi.org/10.1146/annurev—psych—010213—115045>
- Hogg, M. A. (2007). Uncertainty-identity theory. *Advances in Experimental Social Psychology*, 39, 69–126.
- Hogg, M. A. (2014). From uncertainty to extremism: social categorization and identity processes. *Current Directions in Psychological Science*, 23, 338–342.
- Jaspers, K. (1947). *The Question of German Guilt*. Jenkintown: Capricorn Books.
- Jeong, E., Park, J., Kim, S., Han, J., Joh, E. & Choi D. (2016). Impact of Group Identification Level and Group-Affirmation on the Evaluation of In-group Dissenter. *Journal of interpersonal relations, intergroup relations and identity*, 9, 83-90. <https://www.jiriri.ca/wp-content/uploads/2021/03/JIRIRIVolume9.pdf>
- Jing, Y., Gries, P. H., Li, Y., Stivers, A. W., Mifune, N., Kuhlman, D. M., & Bai, L. (2017). War or Peace? How the Subjective Perception of Great Power Interdependence Shapes Preemptive Defensive Aggression. *Frontiers in Psychology*, 8, 864. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00864>
- Johnson, S. G. B., Rodrigues, M., & Tuckett, D. (2021). Moral tribalism and its discontents: How intuitive theories of ethics shape consumers' deference to experts. *Journal of Behavioral Decision Making*, 34(1), 47–65. <https://doi.org/10.1002/bdm.2187>
- Judd, C. M., & Park, B. (1988). Out-group homogeneity: judgments of variability at the individual and group levels. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 778–788.
- Kachanoff, F. J., Taylor, D. M., Caouette, J., Khullar, T. H., Wohl, M. J. A. (2019). The chains on all my people are the chains on me: Restrictions to collective autonomy undermine the personal autonomy and psychological well-being of group members. *Journal of Personality and Social Psychology*, 116(1), 141–165. doi: [10.1037/pspp0000177](https://doi.org/10.1037/pspp0000177)
- Kang, E., Mbonyingabo, C., Qin, L., Mwemere, G. K., Charvonja, A., Snyder, J., Lopez, V. C., & Kimball, C. N. (2022). Is outgroup prejudice passed down generationally in Rwanda after the 1994 genocide against the Tutsi? *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 28(1), 49–62. <https://doi.org/10.1037/pac0000578>
- Kayaoğlu, A., Batur, S., & Aslitürk, E. (2014). The unknown Muzafer Sherif. *The Psychologist*, 27(11), 830-833.
- Klein, M., Riviere, J. (1964). *Love, Hate and Reparation*. NY: W. W. Norton & Company.
- Klein, H. A., Lin, M.-H., Miller, N. L., Militello, L. G., Lyons, J. B., & Finkeldey, J. G. (2019). Trust Across Culture and Context. *Journal of Cognitive Engineering and Decision Making*, 13(1), 10–29. <https://doi.org/10.1177/1555343418810936>

Korobanova, O. (2018). Group support for vulnerable groups as a prerequisite for mental health. *MHGC Proceedings*. Rome, Italy. 52-53. <https://mhgc21.org/site-static/MHGC-Proceedings-2018.pdf>

Korobanova, O., Schulzhenko, N. (2022). Psychology of home and Ukrainian migrants' socio-psychological adaptation abroad. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 50(53). [https://doi.org/10.33120/sssppj.vi50\(53\).604](https://doi.org/10.33120/sssppj.vi50(53).604)

Korostelina, K. V. (2020). National resilience to protracted violence in Ukraine. *Peace and Conflict Studies*, 27(2), Article 4.

Kravchuk, S. L. (2020). Willingness to forgiveness as a predictor of mental health and psychological resilience of displaced persons from the zone of military conflict in Eastern Ukraine. *Social Welfare: Interdisciplinary approach*, 10(1), 21-34. <https://doi.org/10.21277/SW.v1i10.503>

Kruglanski, A. W., Pierro, A., Mannetti, L., & De Grada, E. (2006). Groups as epistemic providers: need for closure and the unfolding of group-centrism. *Psychological Review*, 113, 84–100.

Kübler-Ross, E. & Kessler, D. (2005). *On Grief and Grieving: Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss*. NY: SCRIBNER (Simon and Schuster).

Kuo, B. C. H. (2014). Coping, acculturation, and psychological adaptation among migrants: A theoretical and empirical review and synthesis of the literature. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 2 (1), 16-33. <https://doi.org/10.1080/21642850.2013.843459>

Leach, C. W., van Zomeren, M., Zebel, S., Vliek, M. L. W., Pennekamp, S. F., Doosje, B., Ouwerkerk, J. W., & Spears, R. (2008). Group-level self-definition and self-investment: A hierarchical (multicomponent) model of in-group identification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(1), 144– 165. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.95.1.144>

Leidner, B., Castano, E., Zaiser, E., & Giner-Sorolla, R. (2010). Ingroup glorification, moral disengagement, and justice in the context of collective violence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(8), 1115–1129. <https://doi.org/10.1177/0146167210376391>

Leonardelli, G. J., Pickett, C. L., & Brewer, M. B. (2010). Optimal distinctiveness theory: a framework for social identity, social cognition and intergroup relations. *Advances in Experimental Social Psychology*, 43, 65–115.

Lewin, K., Lewin, G. W. (Ed.) (1948). *Resolving social conflicts: selected papers on group dynamics [1935-1946]*. New York: Harper and Brothers.

Li, C., Li, D.-m., Huang, Z., & Chiu, C.-y. (2016). Peace and war: Rewarding intergroup contacts make past intergroup aggression unforgivable. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 22(2), 166–167. <https://doi.org/10.1037/pac0000140>

Linville, P. W., Salovey, P., & Fischer, G. W. (1986). Stereotyping and perceived distributions of social characteristics: An application to ingroup-outgroup perception. In J. Dovidio & S. L. Gaertner (Eds.), *Prejudice, discrimination, and racism* (pp. 165-208). NY: Academic Press.

Lives on Hold: Profiles and Intentions of Refugees from Ukraine (2022). UNHCR Regional Bureau for Europe. <https://data.unhcr.org/en/documents/details/94176>

Lowe, M. (2020). *Types of Contact: A Field Experiment on Collaborative and Adversarial Caste Integration*. CESifo Working Paper Series 8089, CESifo.

Lusiena, de, M. S., Hoersting, R. C., Modesto J. G. (2020). The sociocultural and psychological adaptation of Syrian refugees in Brasil. *Psico, Porto Alegre*. 51, 3, 1-12. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2020.3.34372>

Lutterbach, S., Beelmann, A. (2021). How Refugees' Stereotypes Toward Host Society Members Predict Acculturation Orientations: The Role of Perceived Discrimination. In Berry, J. W., Grigoryev, D., Grigoryan, L., Zabrodskaja, A., Fiske, S. T., eds. *Stereotypes and Intercultural Relations: Interdisciplinary Integration, New Approaches, and New Contexts*. Lausanne: Frontiers Media SA. 99-116. <https://doi.org/10.3389/978-2-88971-353-0>

Madan, I. M., Padgett, D. K. (2021). Home is Where Your Root Is: Place Making, Belonging, and Community Building among Somalis in Chicago. *Social Work*, 66, 2, 101-100. <https://doi.org/10.1093/sw/swab007>

- Manzi, J., González, R. (2007). Forgiveness and reparation in Chile: The role of cognitive and emotional intergroup antecedents. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 13(1), 71–91. doi: [10.1037/h0094025](https://doi.org/10.1037/h0094025)
- Marques, J. M., & Páez, D. (1994). The “black sheep effect”: social categorisation, rejection of ingroup deviates and perception of group variability. *European Review of Social Psychology*, 5, 37–68.
- Martinet, E. H. G., Damásio, B. F. (2021). Relationships between Cultural adaptation and Immigrants’ Well-Being. *Psico-USF. Bragança Paulista*, 26 (3), 467- 481.
- McLamore, Q. J., Adelman, L., Leidner, B. (2019). Challenging traditional narratives of intractable conflict: Focusing on both sides’ suffering decreases ingroup glorification among Jewish Israelis and Americans. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 45(12), 1702–1716. doi: [10.1177/0146167219841638](https://doi.org/10.1177/0146167219841638)
- McWilliams, N. (2010). Paranoia and political leadership. *Psychoanalytic Review*, 97(2), 239–261. <https://doi.org/10.1521/prev.2010.97.2.239>
- Mochtak, M., & Holzer, J. (2017). Electoral violence in Putin's Russia: modern authoritarianism in practice. *Studies of Transition States and Societies*, 9(1), 35-52. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-62565-3>
- Morris, K. L., Goldenberg, J. L. (2016). Psychology of Objectification. In: *The Wiley Blackwell Encyclopedia of Gender and Sexuality Studies*, (1-2). 10.1002/9781118663219
- Mousa, S. (2020). Building social cohesion between Christians and Muslims through soccer in post-ISIS Iraq. *Science*. 369(6505), 866-870. doi: [10.1126/science.abb3153](https://doi.org/10.1126/science.abb3153).
- Mummendey, A., & Otten, S. (1998). Positive–negative asymmetry in social discrimination. *European Review of Social Psychology*, 19, 107–143.
- Nawata, K. (2020). A glorious warrior in war: Cross-cultural evidence of honor culture, social rewards for warriors, and intergroup conflict. *Group Processes & Intergroup Relations*, 23(4), 598–611. <https://doi.org/10.1177/1368430219838615>
- Neto, J., Oliveira, E. N., Neto, F. (2017). Acculturation, Adaptation and Loneliness among Brazilian Migrants Living in Portugal. From the edited volume: Muenstermann, I. (Eds.) *People's Movements in the 21st Century*. <https://doi.org/10.5772/65693>
- Noh, S., & Kaspar, V. (2003). Perceived discrimination & depression: Moderating effects of coping, acculturation, and ethnic support. *American Journal of Public Health*, 93, 232-238. <https://doi.org/10.2105/AJPH.93.2.232>
- Otten, S. (2016). The Minimal Group Paradigm and its maximal impact in research on social categorization. *Current Opinion in Psychology*. 11. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.06.010>.
- Pekin, H. (1986). Measures to Facilitate the Reintegration Returning Migrants into their Countries of Origin. *International Migration*, 24 (1), 163-178. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2435.1986.tb00109.x>
- Perls, F., Hefferline, R., Goodman, P. (1951). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. New York: The Gestalt Journal Press. ISBN 0939266245.
- Regional Protection Profiling & Monitoring - Protection Risks and Needs of Refugees from Ukraine (15 December 2023). <http://surl.li/oigeg>
- Reich, W. (1946). *The mass psychology of fascism*. NY: Orgone Institute Press.
- Pettigrew, T. F. (1979). The ultimate attribution error: extending Allport’s cognitive analysis of prejudice. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 5, 461–476.
- Pettigrew, T. F. (2021). Advancing intergroup contact theory: Comments on the issue's articles. *Journal of Social Issues*, 77: 258–273. <https://doi.org/10.1111/josi.12423>
- Rotella, K. N., Richeson, J. A. (2013). Motivated to “forget”: The effects of in-group wrongdoing on memory and collective guilt. *Social Psychological and Personality Science*, 4, 730–737. <https://doi.org/10.1177/1948550613482986>
- Rubin, M., & Hewstone, M. (1998). Social identity theory’s self-esteem hypothesis: a review and some suggestions for clarification. *Personality and Social Psychology Review*, 2 (1), 40–62.

- Şafak-Ayvazoğlu, A., Kunuroglu, F., Yağmur, K. (2021). Psychological and socio-cultural adaptation of Syrian refugees in Turkey. *International Journal of Intercultural Relations*, 80, 99-111. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2020.11.003>
- Sahdra, B., Ross, M. (2007). Group identification and historical memory. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 384–395.
- Salice, A. & Montes Sánchez, A. (2016). Pride, Shame, and Group Identification. In *Frontiers in Psychology, Theoretical and Philosophical Psychology*, 26 April, Retrived from <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00557>
- Sangalang, C. C., Becerra, D., Mitchell, F. M., Lechuga-Peña, S., Lopez, K., Kim, I. (2019). Trauma, Post-Migration Stress, and Mental Health: A Comparative Analysis of Refugees and Immigrants in the United States. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 21 (2). <https://doi.org/10.1007/s10903-018-0826-2>
- Sayama, H. (2020). Enhanced ability of information gathering may intensify disagreement among groups. *Physical Review E*, 102, 012303 DOI:10.1103/PhysRevE.102.012303
- Schachter, S. (1959). *The Psychology of Affiliation: Experimental Studies of the Sources of Gregariousness*. Palo Alto, CA: Stanford University Press.
- Shami, S. (1996). Gender, Domestic Space, and Urban Upgrading: A Case Study from Amman. *Gender and Development*, 4(1), 17–23. <http://www.jstor.org/stable/4030353>
- Sherif, M. (1936). *The psychology of social norms*. NY: Harper.
- Sherif, M. (1958). Superordinate goals in the reduction of intergroup conflicts. *American Journal of Sociology*, 63, 349–356.
- Sherif, M. (1966). *Group conflict and cooperation*. London: Routledge Kegan Paul.
- Sherif, M., Harvey, O. J., White, B. J., Hood, W. R., Sherif, C. W. (1988). *Intergroup Conflict and Cooperation: The Robbers Cave Experiment (1954/1961)*. Wesleyan University Press.
- Sherif and University of Oklahoma Institute of Group Relations (2021). *Intergroup Conflict and Cooperation; the Robbers Cave Experiment by Muzafer 1906-1988*. Hassell Street Press.
- Spini, D., Elcheroth, G., Fasel, R. (2008). The impact of group norms and generalization of risks across groups on judgments of war behavior. *Political Psychology*, 29 (6), 919-941. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9221.2008.00673.x>.
- Štambuk, M., Čorkalo Biruški, D., & Kapović, I. (2022). Deeds, not words: Understanding intergroup apology and forgiveness from different sides of conflict. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 28(3), 397–405. <https://doi.org/10.1037/pac0000622>
- Stathi, S., Husnu, S., & Pendleton, S. (2017). Intergroup contact and contact norms as predictors of postconflict forgiveness. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 21(1), 20–39. <https://doi.org/10.1037/gdn0000060>
- Stephan, W. G., & Stephan, C. W. (2000). An integrated threat theory of prejudice. In S. Oskamp (Ed.), *Reducing Prejudice and Discrimination* (pp. 23–46). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Steiner, R. (1986). Responsibility as a way of hope in the nuclear era: Some notes on F. Fornari's *Psycho-Analysis of War*. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 2(1), 75–82. <https://doi.org/10.1080/02668738600700081>
- Suko, I. P., Holter, M., Stolz, E., Greimel, E. R., Freidl, W. (2022). Acculturation, Adaptation, and Health among Croatian Migrants in Austria and Ireland: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19 (24), 16960. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416960>
- Sumner, W.G. (1906). *Folkways. A Study of the Sociological Importance of Usages, Manners, Customs, Mores, and Morals*. Ginn.
- Syfers, L., Rast, D. E. III., & Gaffney, A. M. (2021). Leading change by protecting group identity in the 2019 Canadian General Election. *Analyses of Social Issues and Public Policy*. [doi: 10.1111/asap.12255](https://doi.org/10.1111/asap.12255)
- Tajfel, H. (1959). Quantitative judgement in social perception. *British Journal of Psychology*, 50, 16–29.

- Tajfel, H. (1970). Experiments in intergroup discrimination. *Scientific American*, 223, 96–102.
- Tajfel, H., Billig, M., Bundy, R. P., & Flament, C. (1971). Social categorization and intergroup behavior. *European Journal of Social Psychology*, 1, 149–177.
- Tajfel, H., Turner, G. C., Austin, W. G., Worchel, S. (1979) An integrative theory of intergroup conflict. *Organizational identity: A reader*, 56-65.
- Tversky, A. (1977). Features of similarity. *Psychological Review*, 84(4), 327–352. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.4.327>
- Tuckman, B. (1965). Developmental Sequence in Small Groups. *Psychological Bulletin*, 63 (6). 384—399.
- Volkan, V. D. (2021). Trauma, prejudice, large-group identity and psychoanalysis. *The American Journal of Psychoanalysis*, 81, 137–154. <https://doi.org/10.1057/s11231-021-09285-z>
- Volkan, V., Javakhishvili, J. D. (2022). Invasion of Ukraine: observations on leader-followers relationships. *The American Journal of Psychoanalysis*, 82, 189–209. <https://doi.org/10.1057/s11231-022-09349-8>
- Wagoner, J. A., & Hogg, M. A. (2016). Normative dissensus, identity-uncertainty, and subgroup autonomy. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, 20, 310–322.
- Woltmann. (1947). Review of *The mass psychology of fascism* [Review of the book *The mass psychology of fascism*, by W. Reich]. *American Journal of Orthopsychiatry*, 17(2), 366–367. <https://doi.org/10.1037/h0097475>
- Worden, J. W. (2008). *Grief Counselling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner*, 4th Ed. New York: Springer.
- Yakushko, O. (2010). Stress and coping strategies in the lives of recent immigrants: A grounded theory model. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 32(4), 256–273. <https://doi.org/10.1007/s10447-010-9105-1>
- Yoshihama, M. (2002). Battered women's coping strategies and psychological distress: Differences by immigrant status. *American Journal of Community Psychology*, 30, 429–452. <https://doi.org/10.1023/A:1015393204820>
- Yuki, M., Maddux, W. W, Brewer, M. B., Takemura, K. (2005). Cross-cultural differences in relationship- and group-based trust. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(1), 48-62. doi: 10.1177/0146167204271305
- Zárate, M. & Garcia, B. & Garza, A. & Hitlan, R. (2004). Cultural Threat and Perceived Realistic Group Conflict as Dual Predictors of Prejudice. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40 (1), 99-105. [https://doi.org/10.1016/S0022-1031\(03\)00067-2](https://doi.org/10.1016/S0022-1031(03)00067-2).

2. ФАСИЛІТАЦІЯ МІЖГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ПІДТРИМКИ СОЦІАЛЬНИХ ГРУП

2.1. Алгоритми фасилітації міжгрупової взаємодії (Коробанова О. Л.)

Теорії міжгрупових конфліктів. Міжгрупова взаємодія, не зважаючи на всі свої асиметрії та атрибуції, повсякчас відбувається у рідкісній співдії, балансує між стереотипами (а часто і прихованими упередженнями) та користю від групового обміну ресурсами, в напрямі взаємодопомоги та пошуку взаєморозуміння. Така взаємодія не потребує фасилітативних впливів і базується на обопільному прагненні представників різних груп знайти точки перетину та виконати спільну діяльність, до якої вони покликані. Водночас нерідко між групами трапляється конфліктна взаємодія. Серед соціально-психологічних чинників конфлікту: проходження групами природнього етапу міжгрупової динаміки (1), конкурентні цілі з «нульовим ефектом» взаємодії (2), процеси соціальної категоризації та становлення групової ідентичності з широким спектром соціальних наслідків, від стереотипів та упереджень до дискримінації аутгруп (3), відчуття небезпеки групою та загроз груповій ідентичності, реальних або уявних (4). На практиці часто процеси міжгрупової динаміки та становлення ідентичності групи поєднуються між собою, хоча в теорії ці процеси розведені. Так, групи, розвиваючи міжгрупову взаємодію, встановлюють територіальні та символічні межі взаємодії, тому тут конфлікти неминучі. Водночас відбувається соціальна категоризація суб'єктів взаємодії та становлення/зміцнення ідентичності групи. А ці процеси також призводять до суперечок та напруженості у взаємодії з аутгрупами.

Теорія позитивно-функціонального конфлікту розглядає конфлікти, як природне явище в розвитку соціальних груп (Cozer, 1956). Конфлікти просто необхідні в динаміці взаємодії соціальних суб'єктів, лише слід уникати їхнього насильницького розв'язання. Ідеї цієї теорії втілилися у їхньому прикладному застосуванні, в напрямі медіації конфлікту між його сторонами.

Класичні теорії, прийняті в соціальній психології, описують природу міжгрупових конфліктів (Grygorian, et al., 2022) насамперед у руслі розуміння соціальної ідентичності (Tajfel & Turner, 1979; Hogg & Abrams, 1988). Навіть теорія «реалістичного конфлікту» М. Шеріфа (Sherif, 1966), розроблена задовго до Тейджфела та Тернера, розкриває конфліктну взаємодію реальних груп через процеси набуття ними ідентичності.

Групові упередження формуються як наслідок соціальної категоризації та через мотивацію бачити інгрупи в позитивному світлі порівняно з аутгрупами. Серія експериментів Г. Теджфела та колег (1979) підтвердила, що міжгрупова дискримінація є наслідком когнітивних процесів, пов'язаних із встановленням схожості та відмінностей між представниками різних груп, тобто їхнього соціального порівняння. Нагадаємо, що до аутгруп відносять тих індивідів, які не вписується в ті самі соціальні категорії, до яких належить соціальний індивід

(Krueger, 2001; MacInnis & Page-Gould, 2015). Ці категорії можуть ґрунтуватися на таких характеристиках, як вік, стать, етнічна приналежність, релігія, соціально-економічний статус або політичні погляди. Відповідно упередження стосовно цих груп можуть набувати вигляду ейджизму, сексизму, етноцентризму, релігійного фанатизму або політичної боротьби.

Теорія реалістичного групового конфлікту (Campbell, 1965; Sherif, 1967) пояснює міжгрупову ворожість об'єктивним конфліктом цілей та інтересів груп (так звані цілі з нульовим ефектом взаємодії), що створює емоційну напруженість, наприклад, конкуренція за обмежені ресурси (Sherif, 1967). Ворожість знижується при зміні ситуації взаємодії (на кшталт постановки привабливих для кожної з груп цілей, які потребують співпраці для їхнього досягнення). Надалі дослідники дійшли висновку, що конфлікт породжує прийнята в соціумі нормативна поведінка, спрямована на досягнення та перемогу (Tajfel & Turner, 1979). Якщо в культурі відсутні такі норми взаємодії, то й конфлікт між групами відсутній. Зазначимо: аутгрупову ворожість і упередженість в оцінках може виникати і за відсутності конфлікту інтересів, на тлі недостатнього досвіду міжгрупової взаємодії.

Інтегрована теорія загроз групі (Stephan & Stephan, 1996) об'єднує дві попередні теорії та розширює їх. Тут міжгрупові упередження пояснюються уявленнями про загрозу з боку аутгруп, а більш відверто – стереотипами про аутгрупу. Тому такий вид загроз є уявним. Інші загрози, реальні (нападу, війни) та символічні (цінностям, культурі, статусу, ідентичності тощо) вже не є уявними, а об'єктивними. Проміжне місце між уявними та реальними загрозами займає четвертий вид загроз – міжгрупову тривогу, емоційний стан збентеженості та плутанини в почуттях членів групи, пов'язаний з амбівалентним досвідом взаємодії з іншою групою та, як наслідок, униканням цієї взаємодії. За відсутності сприйнятою групою загроз її нормам або добробуту конфлікти та упередження не виникають.

Фасилітація міжгрупової взаємодії: структура та контексти. Важливим є дотримання упереджувальних заходів з розвантаження конфліктного підґрунтя міжгрупової взаємодії, залагодження конфліктів та їхньої фасилітації. Фасилітація може бути застосована щодо різних складових міжгрупової взаємодії, а саме:

- стилів міжгрупової взаємодії,
- феномену лідерства,
- міжгрупових очікувань; міжгрупової соціальної перцепції, тобто сприймання, порівняння та оцінки, пов'язаних із диференціацією інгрупи від інших,
- стратегій і тактик міжгрупової взаємодії на кшталт постановки спільної мети для різних груп, встановлення контакту, міжгрупових вибачень, здійснення діалогу, який би об'єднував групи в їхніх спільних діях, тощо.

Розуміння процесів міжгрупової взаємодії, його складових та етапів, допоможе визначити алгоритми фасилітації міжгрупової взаємодії. Алгоритм, як

послідовність дій у фасилітації міжгрупової взаємодії, може бути локальним, працювати з конкретними контекстами взаємодії, а може бути узагальненим, стратегіально визначати послідовність дій у роботі з великими, середніми та малими групами, розв'язанні великих і малих проблем взаємодії груп.

Отже, поліпшення міжгрупової взаємодії може відбутися внаслідок **зміни стилю взаємодії**: з конкурентного на співробітництво, а також зменшення сприйманих відмінностей між групами і встановлення подібності між представниками різних груп з метою сприйняття себе членами однієї більшої групи (Worchel, 1979). Ці зміни стилю відповідають вищезгаданим теоріям реального конфлікту та соціальної ідентичності, коли йдеться про такі дії: 1) зміну цілей груп, 2) кроскатегоризацію членів групи. Це і становитиме **алгоритм** фасилітації взаємодії у парадигмі «мета – засіб». Наші емпіричні дані стосовно взаємодії в середовищі української студентської молоді свідчать, що вона найбільше прагне співробітничати з іншими академічними групами (69,7%), на компроміс згодні 48%, конкурують 29,5%, уникають взаємодії 24,4%, ворожість властива 9,4%, а протистояння 9,1% досліджуваних (Коробанова, 2022).

Вдосконалення міжгрупової взаємодії може бути пов'язане також з **лідерством** та налагодженням діалогу між групами (Hogg, 2015). Лідерство зазвичай розглядається як процес, за допомогою якого лідер або керівництво групи формує та передає спільне бачення, ідентичність та набір практик, які засвоюються та застосовуються членами групи (Hogg, 2015; Hogg & Rast, 2023). Таким чином, це насамперед процес переконання, а вже потім здійснення влади над іншими людьми. Лідерство тут також є позитивним, надихаючим, спрямованим на групові досягнення, що підтримує соціальний оптимізм. Емоційні навички лідера важливі в поєднанні з соціальними (Riggio et al., 2003).

Лідерство часто передбачає керівництво групою, яка структурована на окремі підгрупи, що мають відмінні самодостатні ідентичності, яких притримуються їхні члени. Таке лідерство можна охарактеризувати як кросгрупове (Hogg & Rast, 2023), завдання якого полягає в тому, щоб сформувати вищу ідентичність, яка не знищує і не розмиває межі ідентичності підгруп, отже, не створює загрози для відмінності їхньої соціальної ідентичності, оскільки така загроза може спровокувати конфлікт між підгрупами, який буде фрагментувати вищу групу. Успішні кросгрупові лідери повинні конструювати, просувати і демонструвати кросгрупову ідентичність у взаєминах, яка зберігає відмінність підгруп і відзначає цю відмінність і міжгрупову співпрацю як фундаментальні аспекти ідентичності підгруп і вищих груп. Прикладом кросгрупового лідерства може бути керівництво організацією з конфліктуючими відділами. Іншим прикладом є політичний лідер, який розуміє мотиви поведінки різних соціальних груп, але не протиставляє їхні ідентичності одна одній та водночас об'єднує ці групи навколо спільної національної ідентичності громадянина держави. Спільна «нульова» ідентичність (її відсутність) великої групи та наявність у цій групі субідентичностей, які конфронтують одна з одною, – соціально-психологічне підґрунтя конфліктної взаємодії в організації, суспільстві, державі. Отже, тут **алгоритм** фасилітації лідером міжгрупової взаємодії через кросгрупову ідентичність полягатиме в таких послідовностях: 1) розроблення

конструкту такої ідентичності (здум, модель, практики втілення), 2) демонстрація такої ідентичності в повсякденних ситуаціях взаємодії, 3) просування кросгрупової ідентичності через спеціальні заходи міжгрупової взаємодії, 4) утвердження практик взаємодії, що підтримують кросгрупову ідентичність.

Практики фасилітації кросгруповим лідером взаємодії охоплюють роботу з командами, як малими групами в структурі організації, віртуальні зібрання представників умовних груп, взаємодію міжкультурних груп у складі великих соціальних груп. Техніки поліпшення кроскультурної обізнаності представників різних культурних груп містить такий **алгоритм**: ідентифікація культурних упереджень; досягнення кращих рішень завдяки відкритому обміну і розгляду різноманітних поглядів; забезпечення продуктивної та ефективної комунікації; участь у прийнятті рішення людей, на яких воно впливатиме (Вілкінсон, 2023). Лідеру, який працює з декількома або багатьма групами, а тим більше з групами різної ідентичності, під час ухвалення рішень та групових обговорень не варто просто групувати схожі ідеї, пропонувані цими групами. Насамперед необхідно враховувати наслідки прийнятих рішень для кожної з груп, вести з ними діалоги, враховувати важливі для груп нюанси і деталі. Усе це може кардинально змінити сенси спільної діяльності груп (Нуммі, 2023). Отже, фасилітуючий вплив лідерства на міжгрупову взаємодію характеризується як позитивний, розуміючий, кросгруповий.

Міжгрупові очікування, які призводять до конфліктної міжгрупової взаємодії, насамперед є негативними, тобто існують у вигляді конкретних окремих упереджень (prejudice) або особистісної упередженості (bias). Однак і позитивні очікування теж можуть бути чинником конфлікту, в разі, якщо вони не виправдані, завищені, нереалістичні. **Соціальна перцепція** міжгрупової взаємодії має базуватися на пошуку спільного, того, що є підґрунтям взаємодії. Надалі оцінка сприйнятих відмінностей між групами має розглядатися, як те, що може бути корисним для іншої групи та збагатити її як результат обміну ресурсами між групами. Отже, тут **алгоритм** фасилітації полягатиме у виокремленні та оцінці очікувань груп, надалі їхній переоцінці з позицій взаємної корисності та, відповідно, подальшого узгодження очікувань.

У контексті долання соціальних упереджень та на основі узагальнення досліджень за цією тематикою за останні 10 років, зробленого американськими психологами (Paluck et al., 2021), можливо виокремити п'ять **стратегій фасилітації взаємодії**, які відповідно передбачають і певні послідовності психологічної роботи, яка проводиться здебільшого в груповій формі (тренінги, дискусії, діалоги тощо) та спрямована на цільові групи:

- 1) Підвищення чутливості до прояву упереджень та зростання культурної компетентності; зазвичай тут респонденти працюють з уявними контактами з представниками великих соціальних груп, а врешті-решт фасилітація міжгрупової взаємодії відбувається у випадкових повсякденних контактах,
- 2) Втручання на рівні когнітивних та емоційних процесів, спрямовані на певні психічні модальності (тренінги зі змін та розвитку сприйняття,

мислення та уяви), які задіяні в процесах міжгрупової взаємодії; припускається, що така менталізація процесів взаємодії, зміна когнітивних процесів, застосування стратегій регулювання мислення призведуть до переосмислення меж групової взаємодії, групових норм припустимого та неприпустимого в комунікації між окремими соціальними індивідами, як представниками великих і малих груп,

- 3) Спонування до визначення пріоритетності спільних ідентичностей соціальних груп, яке здійснюється через організацію дискусій та інших інформаційних заходів на рівні суспільства,
- 4) Співпраця членів реальних груп на рівні групових цінностей, нагадування про егалітарне минуле, обмін перспективами та груповими наративами; спирання на позитивні «групові послідовності» взаємодії, які демонструють групи та які вже, можливо, стали історичними. Тут варто згадати про емпірично доведені факти: упередженість негативно корелює з історичною обізнаністю (Bonam, 2019); конкретна історія расових відносин формує актуальні культурні контакти сьогодення (Prentice, & Miller, 1999).
- 5) Безпосередні міжгрупові контакти та спільна діяльність, взаємодія реальних груп у досягненні великих цілей, колективні уболівання членів різних реальних груп за перемоги та виграші представників великої соціальної групи, куди входять реальні малі та середні групи.

Отже, знання історії є чинником гармонізації міжгрупової взаємодії, зміни когніцій виконують роль «ментального бальзаму» взаємодії (Paluck et al., 2021), усвідомлення наявності культурної відмінності та водночас спільності загальних для всіх соціальних індивідів цінностей створює засади етики взаємодії, а результатом міжгрупових контактів є безпосередній досвід взаємодії. З такого розуміння стратегій фасилітації випливає і визначення **узагальненого алгоритму фасилітації міжгрупової взаємодії**, а саме: 1) розширення історичної обізнаності суб'єктів взаємодії та їхнє ознайомлення з соціальним підґрунтям виникнення соціальних упереджень, 2) безпосередня робота зі зміни когнітивних схем міжгрупової взаємодії, 3) від когнітивних змін у взаємодії варто переходити до емоційних, працювати з чутливістю до культурної різноманітності, 4) побудова стосунків між представниками різних соціальних груп на основі діалогу групових наративів, цінностей і перспектив взаємодії, утвердження її етики, 5) встановлення безпосередніх контактів між суб'єктами взаємодії.

Зупинимося детальніше на деяких стратегіях і тактиках фасилітації міжгрупової взаємодії.

Фасилітація контакту в міжгруповій взаємодії. Установлення контакту в міжгруповій взаємодії є однією з провідних стратегій та відповідних практик поліпшення міжгрупової взаємодії. Експериментальні дані свідчать, що за умов прямого контакту та достатньої частоти контактів відбувається зменшення упереджень різних типів та покращенню міжгрупової взаємодії (Allport, 1958; Wright et al., 1997; Pettigrew, 1998; Pettigrew & Tropp, 2006; Drury et al., 2016). Так, саме завдяки застосуванню практик контакту «face to face» (обличчя в обличчя), насамперед завдяки спільним поїздкам в автобусі учнів з різною

расовою належністю до школи, розпочиналися в 50-ті роки минулого сторіччя процеси десегрегації в США (Schofield, 1991). Раптова зустріч з контрстереотипною інформацією про аутгрупу під час контакту дає поштовх позитивним змінам у взаємодії. Позитивні контакти накопичуються та все більше змінюють взаємодію.

Також уявний міжгруповий контакт може впливати на суттєве зниження як імпліцитних, так і експліцитних упереджень (Miles & Crisp, 2014). Застосовуються техніки уявних контактів між членами груп за наперед запропонованим сценарієм (Turner, Crisp, 2010). Структурований контакт сприяє позитивним міжгруповим атитюдам в дитячому та підлітковому віці (Beelman & Heineman, 2014). Електронний контакт зміцнює різні типи позитивних міжгрупових відносин (White et al., 2020). Отже, міжгрупові контакти сприяють цілком позитивним почуттям та настановленням однієї групи щодо іншої, але існують особливості в практичному застосуванні цього конструкту. До чинників, які поліпшують взаємодію шляхом установлення контакту, віднесемо:

- спільні цілі та кооперація у взаємодії,
- самовизначення членів груп як представників інгрупи та водночас належних до більшої соціальної групи, цінності якої не суперечать цінностям інгрупи; усвідомлення інгрупової та кросгрупової ідентичності; укріплення мультикультурної стратегії взаємодії;
- рівність статусів груп, сприйнята легітимність цих статусів; групові норми, що схвалюють соціальну рівність,
- надання переваги міжособовій взаємодії між представниками груп, а не груповій, коли активізуються процеси соціальної категоризації,
- підтримка контактів між реальними групами місцевими авторитетами територіальної громади,
- залучення до взаємодії типових представників певної соціальної групи, інакше активізуються захисні механізми взаємодії та відбувається нівелювання досвіду взаємодії, бо ця нетиповість лише укріплює упередження та недовіру між групами ,
- ставлення до представника аутгрупи як унікальної особистості, а не як носія групових стереотипних характеристик; посилення процесів декатегоризації (Слюсаревський, Бублик та ін., 2018; Pettigrew, & Tropp, 2006; Pettigrew, 2021).

Без урахування цих особливостей теорія «контакту» може нанести шкоду взаємодії, мати зворотній ефект. Так, процеси рекатегоризації та кроскатегоризації збільшують ризики зростання конфліктної взаємодії, якщо група захищає свою ідентичність або відчуває загрозу щодо неї (Hogg, & Gaffney, 2018). Тому міжгрупова взаємодія малих груп у складі великих не повинна призводити до їхнього поглинання іншими або її повної асиміляції в складі великої.

Медіація міжгрупової взаємодії. Стимулювання контактів у взаємодії між групами не завжди дає взаємоприйнятний результат. Може відбуватися тиск більш потужної соціальної «системи» на менш потужну, тому це вимагає медіації як посередництва в розв'язанні міжгрупових конфліктів (Гайдук,

Журавський, 2001; Журавський, Гайдук, 2004; Терещенко та ін., 2019). Місія медіатора полягає у керуванні конфліктом, застосуванні медіатором техніки послідовних кроків у зближенні сторін конфлікту. Різниця між фасилітацією та медіацією полягає в тому, що перша здійснюється або лідером, або іншим членом групи (активними її членами), або ж людиною, яка знайома групі, утягнута в її внутрішньогрупову взаємодію (ментор, наставник, учитель, авторитетна особа, психолог), а друга здійснюється незалежною людиною, рівновіддаленою від сторін взаємодії. Фасилітація міжгрупової взаємодії починається у внутрішньому просторі груп, змінюються очікування та атитюди груп, її стратегії тощо, а вже потім ці зміни впливають на міжгрупову взаємодію. Медіація ж насамперед розпочинає працювати над взаємодією в нейтральному просторі (території) взаємодії груп, поволі просуваючись до зближення позицій груп. Фасилітація не завжди стосується конфліктної взаємодії, вона може долати напружену взаємодію або загалом її відновлювати/встановлювати, якщо така відсутня. Медіація ж залагоджує конфлікти міжгрупової взаємодії.

Фасилітований діалог у долатті міжгрупових відмінностей. Такий діалог визначають як спеціально підготовлений груповий процес, який відбувається за допомогою фасилітатора, має на меті покращення взаєморозуміння та стосунків між учасниками взаємодії, а також може бути спрямований на ухвалення рішення щодо спільних дій або вирішення конфлікту у спосіб, що передбачає рівні можливості учасників висловлювати власні думки (Брунова-Калісецька, та ін., 2020; Кисельова, Надо, 2022). Діалогові процеси на низовому рівні соціальної взаємодії, із залученням громад, автори називають міжгруповими, міжетнічними діалогами, діалогами всередині громад. Зазвичай, такі діалоги між громадянами та групами громадянського суспільства працюють у напрямі примирення, підвищення соціальної згуртованості, залучення до процесу перемовин. Вони спрямовані на подолання міжгрупових та міжкультурних відмінностей (Nagda et al., 2012). Результатами фасилітованого діалогу на рівні міжгрупової взаємодії є ініціативи її учасників, спрямовані на процес або результат: встановлення гармонійних відносин між групами, побудову довіри, емпатії, взаєморозуміння між супротивниками, формування суспільних об'єднуючих наративів.

Застосування практики вибачень у міжгруповій взаємодії. Емпірично підтверджено можливість відновлювати, як на міжособистісному, так і на міжгруповому рівні, втрачену довіру, поновлювати міжгрупове порозуміння, використовуючи міжгрупові вибачення, спираючись на покаяння, працюючи з емоціями провини, сорому та груповою емпатією (Nunney, Manstead, 2021; Assche et al., 2021; Halabi, Nadler, Dovidio, 2013). Так, процедура вибачень застосовувалась між фланцями і валонцями, які мешкають у Бельгії, але послуговуються різними мовами і мають напружену історію з приводу мови, соціально-економічних дисбалансів і державних реформ (Reinders Folmer, et al., 2022). Інші дослідження свідчать, що практика вибачень пом'якшує групові упередження та створює позитивні очікування, але такі очікування складно корелюють із рівнем задоволеності вибаченнями акторами цих практик міжгрупової взаємодії: хто вибачається і хто приймає вибачення. Так,

зафіксовано, що взаємодія між британцями та ірландцями, яка довгий час розвивалася деструктивно, набула позитивного зрушення завдяки виваженому політичному підходу та роботі з вибаченнями. Було опитано англійських (група вибачень) та ірландських націоналістів (група реципієнтів) щодо їхнього ставлення до британських вибачень у 2010 році за різанину у Криваву неділю (Giner-Sorolla et al., 2022). Виявилось, що ті, хто вибачалися, висловили більше задоволення, ніж ті, кому вибачення були адресовані, що кореспондувало з вищими оцінками досягнення мети вибачення. Водночас було проаналізовано опитування босняків (група реципієнтів), сербів у Белграді та боснійських сербів (групи вибачень) щодо сербських вибачень у 2013 році за різанину в Сребрениці під час балканського конфлікту. Ті, хто вибачався, тобто серби, були менш задоволені, ніж ті, перед ким вибачалися, тобто босняки. І така менша задоволеність сербів спостерігалася навіть попри те, що вони відчували більшу підтримку зі сторони босняків, тобто тих, кому приносили вибачення, ніж від «своїх», тобто сербів. Серби також більшою мірою перекладали на босняків відповідальність за свої вчинки, тобто на тих, перед ким вони вибачалися. В обох випадках британських і сербських вибачень задоволеність прогнозувалася на основі сприйняття групами того, наскільки добре вибачення відповідало цілям покращення їхнього іміджу, атрибуції відповідальності і розширення можливостей реципієнта, тобто одержувача вибачень, та без урахування відмінностей між групами вибачень (Giner-Sorolla et al., 2022). Варто зазначити, що усвідомлення провини групою обумовлюється динамікою та специфікою соціальної ситуації. Так, наприклад, зафіксовано парадоксальну зміну оцінок українським студентством провин поляків і євреїв перед українцями: у 2019 році злегка переважав звинувачувальний ухил у ставленні до представників цих двох народів, а в 2022 році переважали тенденції самозвинувачення українців (Васютинський, 2022). Це можна пояснити процесами підвищення взаємної колективної емпатії в умовах війни, хвилі співчуття та підтримки українців у світі, особливо поляками, а також зростання відвертої оцінки власних вчинків в ситуації, коли загострюються екзистенційні питання життя та смерті, етики взаємодії, провин та покаяння.

Ще в одному дослідженні, яке стосувалося ставлення бельгійців до вибачень свого короля щодо колоніального панування Бельгії в Конго, було доведено: авторитаризм і групове домінування є предикторами негативного ставлення до вибачень, відшкодування та усвідомлення наслідків колоніалізму, а універсальна світоглядна орієнтація та егалітаризм, опосередковані емпатією, навпаки, позитивного (Assche et al., 2021).

Вибачення значно підвищують довіру між групами, однак їхній вплив є більшим у міжособовій взаємодії (де вони повністю, як свідчать психологічні вимірювання, відновлювали довіру до рівня, що існував до її втрати), ніж у міжгруповій взаємодії (де вони не змогли в умовах польового дослідження повністю відновити довіру), хоча й простежувалась у цьому позитивна тенденція. Крім того, ефективність вибачень залежить від їхнього емоційного змісту (Reinders Folmer, et al., 2021). У суперечках між окремими особами лише вибачення з опорою на вторинні емоції, як більш складні та витончені, повністю

відновлювали довіру. І навпаки, у суперечках між групами ані вибачення з первинними емоціями (страхом, сумом, відразою, злістю), ані вибачення з вторинними емоціями не відновлювали повністю довіру (там само). Це пояснюється більшим скептицизмом у ставленні до вибачень у міжгрупових контекстах, особливо до вибачень із використанням вторинних емоцій, таких як сором, гордість, образа, горе. Ці висновки дослідників вкотре наголошують, що міжгрупова взаємодія є більш конкурентною і недовірливою, ніж міжособова. Для зменшення міжгрупової напруженості можуть знадобитися більш масштабні засоби фасилітації міжгрупової взаємодії, ніж міжгрупові вибачення.

Технології та техніки фасилітації. Установлення контакту та медіація вочевидь є фасилітативними стратегіями міжгрупової взаємодії, а фасилітований діалог та практики міжгрупових вибачень є тактиками фасилітації. Ще більш локальними одиницями фасилітації є її окремі технології, техніки, методики. Штучно створені в тренінгових умовах завдання з розв'язання проблемних життєвих ситуацій, ситуаційно-рольові та ділові ігри, ігрове моделювання взаємодії, а також кейс-метод (аналіз конкретної ситуації) є допоміжними для покращення рольової взаємодії між членами команди і групами (Коробанова, 2012, 2016; Korobanova, 2017; Zelenin, 2023). Методика «Процес присутності» (Brown, 2010) допомагає покращити комунікацію і взаємини між людьми. Прості правила партнерства є запорукою позитивних взаємин та керування конфліктами (Huges & Weiss, 2021).

Існує низка інших слухних і допоміжних авторських технік з фасилітації міжгрупової взаємодії. Так, методика «Гророва хмара» полягає у пошуку і знаходженні вирішення конфлікту між групами, що мають різні інтереси, шляхом встановлення загальної цілі, часткових цілей учасників, умов їх діяльності та необхідних дій з пошуку рішення, яке задовольнить обидві сторони (Голдратт, Кокс 2019). Цей **алгоритм**, графічно представлений у логічній діаграмі, візуалізує конфлікт двох взаємовиключних напрямів дій з визначенням потреб, що викликають ці дії, та спільною метою, яка може бути досягнута за рахунок задоволення потреб учасників різних груп, а також частковою зміною умов, які викликають такі дії. По суті тут йдеться про трансформацію міжгрупової взаємодії з «нульовою сумою цілей» на подвійний виграш обох її сторін.

Концепція «Візуальної фасилітації» (Shcolz, & Vesper, 2022; Hausman, 2017, 2022) також використовує візуальні технології підтримки комунікації і взаємодії між групами. Як стверджують розробники технології «Оцінювальний запит» (Appreciative inquiry), вона базується на концепті спільного коеволюційного пошуку найкращого в людях, організаціях та довкілля навколо них (Cooperrider, & Whitney, 2009). Отже, існує низка технологій, які моделюючи міжгрупову взаємодію, використовують технічні застосунки та певні світоглядні концепти, і таким чином поліпшують цю взаємодію.

У контексті обговорення алгоритмів фасилітації взаємодії не можна не згадати **алгоритм** ненасильницького спілкування (Rosenberg, 2012), які пропонують сторонам конфлікту таку послідовність дій: висловлення та розуміння емоцій, своїх та чужих (1), спостереження без суджень та оцінок (2),

усвідомлення потреб, які стоять за емоціями, як своїх, так і чужих (3), висловлення прохання або пропозиція ефективного плану дій (4). Саме побудова комунікації в цій послідовності: що я відчуваю (радість, сум тощо), що я бачу (де? коли? опора на факти), які потреби реалізують мої емоції, що для мене важливо, та що я пропоную, - використовується фахівцями з медіації (Arieli, & Abboud Armaly, 2023). Цей популярний у світовій практиці підхід використовується у різних галузях соціальної взаємодії, у розв'язанні конфліктів в освіті (Jarrett, 2023), політиці, між представниками груп, які історично ворогують (Arieli, & Abboud Armaly, 2023). Використання алгоритму ненасильницького спілкування є яскравим прикладом технік реалізації другої з вищенаведених стратегій фасилітації: ментальної. Також до цих технік належить покращення колективної взаємодії в організаціях на основі застосування системного мислення (Senge, 1990).

Узагальнюючи вищесказане, виокремимо **засадничі принципи фасилітації міжгрупової взаємодії**: відкритість груп у комунікації; обмін інформацією та думками; вияв емпатії та розуміння представників інших груп; позитивне та розуміюче лідерство; корисність міжгрупових відмінностей та збагачення груп за рахунок обміну ресурсами; наявність спільних цілей та командної роботи; подоланням стереотипів та упереджень, зняття негативних групових настановлень. Фасилітація міжгрупової взаємодії можлива за наявності фасилітатора або третьої сторони взаємодії, медіатора, які допомагатимуть в управлінні процесом міжгрупової взаємодії. Фасилітація створює безпечне середовище, полегшує комунікацію, допомагає учасникам взаємодії розв'язувати конфлікти та знаходити конструктивні рішення.

2.2. Консультативні та тренінгові технології додання наслідків травми війни (Горностай П. П.)

Кожна психологічна травма потребує терапевтичної допомоги, і колективні травми не є винятком. Вже накопичений чималий досвід роботи з наслідками колективних травм, в тому числі науковцями Інституту соціальної та політичної психології НАПН України (Горностай, 2022; Чорна, 2021б).

Для опанування своїм психологічним станом і для профілактики травмування в міжгрупових конфліктах можна скористатись як орієнтирами принципами оцінки і чинниками колективної травматизації, описаними в підрозділі 1.3 даного посібника. Розуміння, чому і як виникають колективні травми, дозволить сформуванню інструментів профілактики і боротьби з цими проявами. Однією з консультативних технологій є практика *психоедукації* – формування у людей певних компетентностей володіння простими правилами самопомоги. Інколи вони бувають кориснішими, ніж професійні тренінги чи поглиблена психотерапія, хоча в складних випадках фахова робота є необхідною. Зупинимось на окремих важливих правилах. Звичайно, вони мають деякі відмінності під час війни і в повоєнний період.

Чинник інформаційного зараження і профілактика інформаційної травматизації. Всяка гаряча війна включає в себе інформаційну агресію. Тому,

з одного боку варто вміти розпізнавати ознаки інформаційної атаки, а з іншого – володіти прийомами запобігання інформаційної травматизації. Слід завжди, а під час війни, особливо, дуже критично ставитись до будь-якої інформації. Уникати анонімних інформаційних каналів, а тим більше – явно ворожих. Прямою ознакою фейків є інформація, яка вражає, сильно б'є по емоціях. Будь-яку новину, особливо – сумнівну, негативну, або емоційно навантажену слід перевіряти в декількох різних незалежних і надійних джерелах. Але не варто позбавляти себе джерел інформації взагалі. Відсутність інформації може мати більший травмівний ефект, ніж правдива інформація про дійсні події. Тобто, слід уникати крайностей: з одного боку – відсутності інформації, а з другого – інформаційної залежності, коли не можеш відірватись від новинного потоку.

Будь що – варто вірити в нашу перемогу.

Принцип переживання і робота з емоціями і почуттями. Щоб краще долати стрес, дозволяйте собі переживання всіляких почуттів у різноманітний спосіб. Корисними є всі емоції та почуття: і позитивні, і ті, які ми традиційно вважаємо негативними. Проте, слід розуміти, що застрягання в деяких емоційних станах може бути некорисним і навіть шкідливим.

Гнів, злість корисніше, ніж ненависть, особливо – коли ви не можете неї позбутись. Страх корисніший, ніж паніка, відчай, розпач.

Страх. Це емоція, якої під час війни завжди більше, ніж треба. На різних етапах війни переживання емоцій не однакова. Деякі з правил опанування страхом були більш актуальними на її початкових етапах. Зараз ми всі начебто навчилися не боятися, втомилися від страху. Проте, важливість залишається, рецидиви можливі. Кінець війни ще не близько, можуть бути її загострення. Тому варто розуміти багато речей.

Треба не соромитися страху (і жінкам, і чоловікам, а тим більше – дітям). Страх – це абсолютно нормальна природня і корисна емоція. Вона рятує нас від небезпеки, до неї варто прислухатися. *Але будь-що не дозволяти страху доходити до рівня паніки.*

Треба заздалегідь сформувані для себе такі орієнтири і довести їх до рівня переконання: 1) навіть у найжахливішій ситуації є ймовірність вижити, і тим більша, чим правильніше ви будете виконувати необхідні вимоги (вони є в інформаційних джерелах ДСНС); 2) в переважній більшості ситуацій ймовірність загинути менша, ніж це підказують ваші емоції, тому слід керуватись не емоціями, а розумом, і виконувати необхідне; 3) слід розуміти, що паніка – гірший ворог, ніж сама небезпека. Це слід закарбувати на рівні підсвідомості. Тому, якщо вона все ж виникла, спробувати опанувати її зусиллям волі, тоді є ймовірність, що спрацюють сформовані заздалегідь настановлення.

Якщо хтось є поруч, можна звернутись за підтримкою. Або, навпаки, підтримати самому, того, хто розгубився. Це також добре допомагає опанувати власний страх. Не бійтеся сказати: «Мені страшно». Ці слова самі по собі можуть зменшити страх. Почніть активно діяти, шукати виходи зі складної ситуації. Активність – це хороший спосіб долання стресу.

Але поганою є й інша крайність: коли страх з часом притупляється, майже зникає, коли його ігнорують. З'являється щось на зразок емоційної втоми. В

такій ситуації треба свідомо змушувати себе дотримуватись всіх правил безпеки (залежно від ситуації), навіть, якщо вони видаються зайвими. Небезпечною є і невинуватена бравада, коли хочеться з голими руками кидатися на танк. Не заважайте військовим, вірте в них за будь яких обставин.

Одна з основних задач на війні для кожного з нас – вижити.

Почуття провини. Воно закономірно і регулярно може виникати під час війни. В більшості випадків слід всіляко уникати цього почуття. Ви не винні в тому, що відбувається навколо, ви не винні, що комусь гірше, складніше, ніж вам. Ви не винні, якщо хтось загинув, навіть, якщо це сталось на ваших очах. Не слід винити себе і звинувачувати інших. Це лише посилює стрес і нічого не додає для зміни ситуації на краще.

Плач у різних проявах. Зараз багато людей зізнаються, що часто плачуть. І це дуже добре, якщо, звичайно, ви не застрягли в горі і не можете з нього вийти. В цьому разі вам потрібна допомога, щоб впоратись з цим застійним станом. Плач як горювання є необхідною складовою додання травми втрати. Але плач – це переживання не лише горя і смутку. Не менш значущим є плач як співпереживання іншим, співчуття, прояв симпатії. Можна також плакати від радості, від щастя. Або коли вас розпирає від гордості за будь-що. Це не обов'язково гордість за героїв (воїнів, волонтерів, рятівників), хоча вияв емоцій в таких ситуаціях закономірний і корисний. Можна розчулитися до сліз, наприклад, коли люди врятували маленьку кішечку чи собачку, які радіють зустрічі з людьми, або спостерігаючи, як маленька дитинка в захваті співає «Червону калину». Наше сьогодні дає безліч таких прикладів, коли важко втриматись від сліз радості, гордості, зворушливості, і варто завжди собі це дозволяти. Тут зайвого не буває, такі переживання – запорука від стресових розладів, хвороб, колективного травмування.

Плач у різних проявах – це справжній катарсис, очищення вашої душі.

Гумор і сміх. Гнів і злість легко може перетворюватись на гумор і сатиру, коли ми починаємо висміювати своїх ворогів замість того, щоб боятись і ненавидіти. Цьому можуть допомогти карикатури, анекдоти, плакати, комічні факти та історії, несподівані фотографії, що викривають агресію, реваншизм в діях ворога. Можна знайти достатню кількість цього матеріалу в інформаційному просторі. З самого початку війни (9 років тому) наш народ користався гумором (наприклад, висміюванням агресора в *політичній карикатурі*), що є і залишається чудовою сублимацією цілої низки патогенних емоцій і почуттів. Відомо, яку роль відіграла політична карикатура в антигітлерівській пропаганді у Другій світовій війні. Значення гумору неможливо переоцінити. Він здатний зруйнувати зсередини насичений брехнею інформаційний простір, оздоровлюючи та зміцнюючи його. І водночас, гумор – це чудовий засіб проти стресів війни і запорука психологічного здоров'я.

Пам'ятайте: Народ, що сміється, перемогти неможливо!

Психологічна підтримка і допомога. Дуже важливо зберігати і примножувати соціальні контакти, завжди мати можливість поспілкуватись (будь-яким засобом, але голосом краще, ніж письмово). Проста душевна розмова здатна суттєво знизити стрес. Необхідно в будь-який момент мати контакт

людини, до якої можна звернутись за допомогою, або просто зв'язатись, щоб поговорити.

Допомагайте іншим. Це матиме подвійний ефект: ви допоможете людині і одночасно цим допоможете собі. Якщо хтось має сильні ознаки травматичного стресу, а тим більше – посттравматичного розладу, варто звернутись до фахівця (психолога, психотерапевта). Але перед цим добре дати якусь підтримку, наприклад, можна допомогти «виговоритись». Чудово працюють прості тілесні засоби (обійми, погладжування). Не варто заспокоювати порадами: «Не переживай, заспокойся!» Навпаки, добре, якщо людина дасть волю емоціям, наприклад, виплачеться.

Робота з дітьми. Треба більше спілкуватися з дітьми, ділитися з ними переживаннями, обнімати, говорити, що ви їх любите, що ви разом, що ви вірите в те, що жах обов'язково закінчиться. Знайте, ваша віра, ваші позитивні переконання, надії, впевненість в собі будуть передаватись дітям, і вони легше будуть переносити навіть дуже сильні стреси. Навпаки, ваша розгубленість і паніка можуть позбавити дитину відчуття мінімальної захищеності. Якщо дитина переживає сильну емоційну травму, і прості засоби не допомагають, варто звернутись до дитячого психолога чи психотерапевта.

Діти – це не тільки наше майбутнє, а й чинник міжпоколінної передачі колективних травм. Отже, чим менш травмованою буде дитина, тим менше травмівного досвіду буде передано нащадкам.

Окультурювання травми. Під *окультурюванням травми* ми розуміємо процес, в якому події, пов'язані з травмою, опрацьовується засобами культури: описуються і аналізуються в літературних творах, зображуються в предметах живопису, оспівуються в музичних творах тощо. При цьому відбувається трансформація травмівного досвіду, загоюються психологічні рани, стихає біль.

Вже під час війни є багато прикладів живих історій про події, що відбуваються. Серед них є і літературно досконалі, талановиті, які здатні викликати цілу гамму позитивних переживань від захоплення до катарсичного очищення. Читання таких текстів може бути корисним, на цьому, зокрема побудований психотерапевтичний метод *бібліотерапії*. Залучення до такої творчості може бути як пасивним (читання), так і активним. Якщо ви не професійні літератори, все рівно варто вдаватись до такого засобу само-терапії: писати щоденники (навіть просто для самих себе), листи, робити дописи в Інтернеті.

Безліччю історій рясніють соціальні мережі, і до них можуть долучитися всі бажаючі, і як читачі, і як автори. Правда, тут має бути одне застереження: соцмережі дуже «засмічені» дописами, в яких не тільки відсутній «зцілюючий» компонент, а навпаки – які розпалюють зовсім інші емоції і почуття, що лише посилюють травматизацію. Тому слід робити жорстку селекцію інформаційного потоку, уважно аналізувати те, що може потрапити в поле вашої уваги, і уникати «токсичних» публікацій, розуміючи, що вони здатні навмисно притягувати увагу, захоплювати у вир патогенних емоцій і почуттів, з якого дуже важко вирватися.

У повоєнний час засобів окультурювання колективної травми війни буде значно більше. Тут буде задіяна не лише література, а й *кінематограф*, *монументальний живопис* (вже зараз всіх вражають настінні картини художника Бенксі), буде створено справжній *героїчний епос* народу, що виборов перемогу. Всі види *мистецтва* будуть сприяти боротьбі з наслідками колективної травми. Тут можлива і доречна участь і професійної психотерапевтичної спільноти у форматі *арттерапії* – психотерапії засобами мистецтва. *Будуть створюватись пам'ятники і меморіали, музеї і ритуальні споруди. Вони будуть виконувати завдання ритуалізації травми, яка також буде сприяти соціальному зціленню.*

Методи дії. Використання психотерапевтичних і соціально-психологічних технологій для подолання колективної травматизації та її наслідків є важливою складовою в суспільстві, що переживає травму війни. Для такої роботи необхідна фахова підготовка, проте варто знайомити з цими технологіями більш широке коло фахівців, яку працюють з людьми і можуть користуватися окремими прийомами і техніками. Одна з таких технологій пов'язана з методами дії, серед яких найпопулярнішим є метод *психодрами* (Карп, и др. 2013). *Цей метод призначений для групової роботи, але з індивідуальними темами, якими можуть бути і наслідки колективних травм.*

Дуже цікавий досвід роботи з наслідками травми Голокосту можна знайти в роботах Якова Наора, який працював методом психодрами з нащадками геноциду євреїв і з нащадками німецьких нацистів, що воювали в Другій світовій війні (Наор, 2005; Наор, Готт, 2011). Часто це були змішані групи, в яких можна було опрацьовувати наслідки колективної травми, яку отримали і євреї, і німці, а також досліджувати особливості глобальної міжгрупової взаємодії між цими націями.

Особливості методу соціодрами полягають в тому, що проблемна ситуація не просто аналізується, а розігрується як драма в ролях учасниками групи, в якій можна побачити себе очима іншого (техніка «обмін ролями»), побачити власну ситуацію зі сторони (техніка «дзеркало»), відчувати себе «в шкірі іншого» (техніки «обмін ролями» і «дублювання») та зробити багато інших відкриттів, а також звільнитися від патогенних переживань, відреагувавши їх в активній дії.

Не менш ефективним методом дії є *соціодрама*, яка спеціально призначена для роботи з міжгруповими конфліктами, колективними травмами, соціальними кризами тощо. Засновником соціодрами, як і психодрами є Якоб Морено (Moreno, 1953). Досвід роботи методом соціодрами з колективними травмами, зокрема – з травмою Голокосту описаний в книзі Пітера Келлермана (Kellermann, 2007). Соціодраматичній роботі з різноманітними проблемами сучасності присвячена книга міжнародного авторського колективу (Wiener, et al. 2011).

Технологія соціодрами схожа на психодраму, але відрізняється тим, що тут опрацьовуються виключно групові теми. Також тут задіяні групові ролі (що визначають позиції соціальних груп). Як і в психодрамі, тут використовується імпровізована дія, в якій моделюються як на сцені різноманітні соціальні ситуації або взаємодія між групами, відношення між груповими цінностями, смислами тощо. Проте головним героєм тут виступає не окремий учасник (як в психодрамі), а вся група (або її частини).

Системний сімейний підхід. В рамках цього підходу окремими методами може здійснюватись ефективна робота з колективними травмами. Одним з них є *метод системних сімейних розміщень*, розроблений Бертом Хеллінгером (Вебер, 2007). Зовні метод схожий на метод психодрами і соціодрами, проте, тут використовується інша методологія, ніж у методах дії, в основу якої покладена ідея «поля», що є однією з моделей групового несвідомого. Крім того, цей метод традиційно орієнтований на сімейний контекст, хоча він здатний працювати з будь-якими соціальними системами.

Суттю метода є відтворення переживань членів сімейної чи іншої суспільної системи в різних проблемних ситуаціях. Вони включають і минулі травми, що стосуються цієї групи і головного героя. Це робиться для того, щоб виявити, які конфлікти, травми чи інші проблеми сімейної (соціальної) системи та її членів призвели до дисгармонії і спробувати «виправити» їх: покаятися за гріхи когось із предків, висловити почуття гордості чи любові тим, хто їх не отримав, оплакати травму чи трагічну смерть, «прийняти» в систему того, хто був незаслужено забутий тощо.

Ще один напрямок цього підходу працює з міжпоколінною передачею травм та інших проблем в рамках сімейної системи і в більш широкому контексті. Він називається *трансгенераційною психотерапією* (Шутценбергер, 2005). Його особливістю є пошук закономірностей того, як неопрацьовані травми в одному поколінні передаються нащадкам, інколи не прямо, а в символічній формі. Суть допомоги в тому, щоб зрозуміти витoki проблеми, які можуть бути пов'язані з предками, а тому не піддаються опрацюванню в рамках індивідуальної психотерапевтичної роботи. Наступні кроки – розірвати патогенні зв'язки, інколи – завершити в прямій чи символічній формі те, що не зумів здійснити пращур.

Миробудування. Цей відносно новий метод, який уже встиг себе зарекомендувати, полягає в опрацюванні наслідків смертельних або деструктивних міжгрупових конфліктів учасниками і вироблення нових стратегій, засобів і форм взаємодії після припинення ворожнечі (Sandole, 2010; Schirch, 2006). Зараз важко зрозуміти, як це буде застосовано в подоланні ворожнечі між Україною і Росією (скоріше за все – це буде завданням наступного покоління), але він точно знадобиться для роботи не з росіянами, а з мешканцями територій, окупованих з 2014 року, які повернуться до нас після перемоги. *Метод передбачає системну роботу по створенню середовища, яке сприяє міцному миру, який здатний самопідтримуватися; примиренню опонентів; запобіганню повторному запуску конфлікту; формування громадянського суспільства; створення механізмів верховенства права; вирішення основних соціальних проблем.* Для повноти вирішення цих завдань тут варто застосовувати цілу низку інших методів і засобів, в тому числі і соціодраму, яка також працює з проблемами ксенофобії, відмінностей, конфліктів ідентичностей.

2.3. Тренінгова технологія психосоціальної підтримки внутрішньо переміщених осіб в умовах війни

2.3.1. Психосоціальна підтримка як напрям діяльності фахівців соціальної сфери та волонтерів

Психосоціальна підтримка наразі є основним видом роботи фахівців соціальної сфери з населенням, яке потребує кризового втручання задля допомоги у відновленні після пережитих складних або екстремальних життєвих ситуацій. Універсальною такою підтримку робить той факт, що здійснюється вона в індивідуальній та груповій роботі і може бути реалізована особами, які самі відновлювалися за допомогою інструментів психосоціальної підтримки. Тобто така підтримка може здійснюватися як фахівцями соціальної сфери, так і волонтерами. Основна мета психосоціальної підтримки за МПК (Міжвідомча постійна комісія ООН з психічного здоров'я) – формування сприятливого соціально-психологічного середовища задля відновлення людини та надання їй необхідних психоедукаційних знань щодо її можливих реакцій і станів. Психосоціальна підтримка розглядається фахівцями як комплексний термін, який уживається для «опису будь-якого типу місцевої або зовнішньої підтримки, спрямованої на захист або сприяння психосоціальному благополуччю і/чи запобігання або лікування психічних розладів» (Керівництво..., 2017). Підтримка формує позитивний погляд людини на свої відреагування ситуації та стимулює її до дій з відновлення.

Наразі існує декілька понять, які окреслюють взаємодію з постраждалим населенням. Психосоціальна підтримка, як універсальний інструмент, може вміщувати елементи всіх дотичних до підтримки видів кризової інтервенції. Однак психосоціальна підтримка має власну специфіку та передбачає, по-перше, створення безпечного підтримуючого простору для учасників групи, а по-друге, передбачає просвіту щодо самопомоги та підтримки інших в умовах проживання наслідків потенційно травмівних подій (Плетка, 2022). Психосоціальна підтримка означає, що психологічна підтримка поєднана з соціальною, забезпеченням базових потреб людини – в безпеці, їжі, житлі тощо. Психологи співпрацюють з іншими фахівцями соціальної сфери (соціальними працівниками, медиками, управлінцями місцевих територіальних громад).

Головними завданнями психосоціальної підтримки (у подальшому ПСП) є такі:

1. Зняття емоційної напруги.
2. Усвідомлення людиною власних станів.
3. Мотивування до відновлення.
4. Навчання вправам та інструментам самопомоги задля повернення контролю над власним життям
5. Відпрацювання навичок самопомоги та підтримки інших.
6. Наснаження внутрішніми та зовнішніми ресурсами тих, хто отримує підтримку
7. Супровід людини або групи людей у складний період життя.

8. Здійснення позитивного впливу на перебіг процесу відновлення.

Одним із кінцевих результатів психосоціальної підтримки є підвищення компетенції постраждалих осіб у застосуванні елементарних навичок самопомоги та підтримки інших. Ці компетенції зростають під час фахового супроводу постраждалих у період відновлення після потенційно травмівних подій. Перевагою використання ПСП в часи війни та повоєнний період є універсальність, доступність та безпечність, що сприяє відновленню, адаптації до актуальних умов життя постраждалих, а також соціалізації в середовищі, яке змінилося внаслідок травмівних подій, або іншому соціокультурному середовищі, до якого вимушено мігрували постраждалі. Підтримка, яка здійснюється у груповому форматі, дозволяє учасникам групи підтримки відновити навички комунікації у соціальному середовищі, бо внутрішньогрупова взаємодія допомагає знайти нових друзів, зміцнити відчуття належності до групи, нації, країни.

Існує низка технологій надання підтримки постраждалим у межах кризової інтервенції, консультування, групової соціальної роботи та психотерапії. Кожен з перелічених напрямів фахової допомоги особистості має свої можливості та специфіку застосування. ПСП може здійснюватися в межах цих форм соціально-психологічної допомоги, але тут будуть застосовуватися лише елементи такої підтримки. Натомість ПСП може, у разі потреби, використовувати елементи цих форм роботи і бути ефективним інструментом підтримки особистості у складних обставинах її життя. Отже, психосоціальна підтримка становить окрему ланку соціально-психологічних втручань, вона може бути інтегрована в різні види фахової психологічної допомоги, а також бути інструментом роботи фахівців і волонтерів.

Технології психосоціальної підтримки достатньо відомі, широко використовуються міжнародними організаціями (Товариство Червоного Хреста, UNICEF, КАРИТАС), різними соціальними структурами, громадськими об'єднаннями та волонтерським рухом. Її нескладність дозволяє засвоювати технології за короткий час. Однак наголосимо, що все ж таки людина, яка не має професійною підготовки в соціально-психологічній сфері, може стикнутися з ситуацією, коли технологія стає неефективною за рахунок того, що вона, без базових знань в сфері психічного здоров'я, не в змозі досягнути глибини впливу технології на групу. За кадром може опинитися групова динаміка, паралельні групові процеси та інші психологічні ефекти інгрупової та аутгрупової взаємодії. Тому волонтерам варто працювати в парі з фахівцем. Як фахівці, так і волонтери, на постійній основі мають отримувати супервізійну, методичну та власне психологічну підтримку. Отже, психосоціальна підтримка постраждалих передбачає також підтримку тих, хто її надає. Освоєння технологій ПСП дозволяє, з одного боку, розширити можливості фахівців за рахунок їхньої співпраці та взаємодії з волонтерами, а з іншого, конкретизувати вектор надання допомоги та звузити коло проблематики в процесі здійснення підтримки.

Технології ПСП мають універсальний алгоритм, однак зовнішня їх реалізація, виглядаючи «м'яким» і легким спілкуванням у колі людей зі схожими психологічними та соціальними потребами, містить чітку парадигму впливу на

перебіг проживання отриманого травмівного досвіду. Найбільшого поширення в Україні, як і в світі, набула групова форма ПСП. Фахівці наголошують на дотриманні певних принципів здійснення ПСП, а саме:

- Всі мають рівні права в отриманні ПСП,
- Громада є замовником та активним учасником надання ПСП,
- Важливий контроль й моніторинг якості ПСП,
- Фокус уваги зосереджується на розвитку потенціалу внутрішніх ресурсів людини,
- Здійснюється системне залучення населення до програм ПСП,
- Підтримка має багаторівневий характер, вона надається окремим особам, групам, а також загалом, через психоедукацію, всьому населення (Гридковець, 2018).

Раціональному використанню ресурсів людини в процесі долання наслідків її перебування в складних соціальних ситуаціях, зокрема травмування війною, сприяє розподіл ПСП на рівні згідно формату, обсягу роботи та залучення фахівців різної спеціалізації. Отже, існують такі 4 рівні надання ПСП, а саме:

1. Організація заходів з безпеки та отримання постраждалими базових соціальних послуг;
2. Підтримка на рівні громади, родини;
3. Цільова неспеціалізована підтримка окремим особам або групам;
4. Спеціалізована допомога (Гусак та ін., 2017).

Такий розподіл ПСП населенню дозволяє підвищити її ефективність, знизити ризики розвитку посттравматичних розладів за рахунок надання спеціалізованої та неспеціалізованої допомоги нужденним та раціонально використовувати досвід і можливості фахівців, а також сприяти попередженню розвитку в них вікарної травматизації (так звана втома від співчуття).

Розглянемо специфіку використання ПСП, як тренінгової технології (Главник та ін., 2008), для внутрішньо переміщених осіб, які постраждали внаслідок війни.

2.3.2. Тренінгової технології психосоціальної підтримки в умовах війни

Тренінгові технології широко використовуються у діяльності фахівців соціальної сфери. Науковці зазначають, що роль тренінгових технологій є провідною, коли йдеться про просвіту та навчання пересічних громадян основам підтримки психічного здоров'я в умовах великих соціальних зрушень, зокрема, війни (Злишков, Лукомська, 2022). Технологія підпорядковується певному **алгоритму** розв'язання психологічних завдань, зазвичай вона містить інформаційно-змістовний, діагностичний та корекційно-розвивальний компоненти (Коробка, 2022; Панок, Ткачук, 2021). Психологічний тренінг, на думку Л. М. Карамушки (2022), є локальною формою психолого-організаційної технології, її концентрованим виразом.

Використання таких технологій дозволяє фахівцям соціальної сфери швидко та ефективно допомагати людям справитися з травмівним досвідом та

знайти сили на відновлення (Чебикін, Сінельнікова, 2013), здобути знання та навички щодо підтримки себе та інших під час воєнних дій. Зважаючи на те, що повномасштабне російське вторгнення триває, то таких знань потребує все більше громадян країни. Вони необхідні людям, які перебувають на деокупованих територіях, які стали вимушеними переселенцями та які потерпають від наслідків досвіду виживання в умовах війни. Також їх корисно застосовувати при роботі з комбатантами, військовими, демобілізованими та членами їхніх родин. Тренінгові технології допомагають дорослим та дітям, які зазнали непоправних втрат (здоров'я, близьких людей, домашніх тварин та майна) відновитися та знайти ресурси для подальшого життя.

Технологія групової роботи у ПСП за більшістю структурних одиниць співпадає з елементами саме групової роботи, побудованою за класичною моделлю групової динаміки (Bonebright, 2010). Так, наприклад, важливим є пошук внутрішніх та зовнішніх ресурсів додання наслідків травмівної події (Плетка, 2022), наснаження цими ресурсами, отримання підтримки від ведучого групи та її учасників. Це і спільним загалом для психологічної роботи в групі та технології групової роботи у ПСП, але в останній підтримка більш важлива, вона має містити правдиві твердження про ситуацію, але без знецінення почуттів та досвіду учасників групи підтримки, без етапу «штормінгу» та рольового нормування взаємодії між членами групи.

Тематика занять з ПСП, відповідно до логіки розв'язання завдань із підтримки, може/має містити застосування діагностичного інструментарію, вправи на нормалізацію та стабілізацію станів учасників групи (Панок, Ткачук, 2021), власне тренінгові вправи, що все разом дозволяє зрозуміти психологічні та соціальні наслідки пережитих подій і подолати деструктивні форми поведінки й думок, підтримати себе на шляху до відновлення.

Тренінгова технологія ПСП має таку структуру:

1. Знайомство, привітання, діагностика емоційного стану учасників.
2. Нормалізація станів, стабілізація учасників групи.
3. Визначення основних потреб та запитів групи, вибір теми роботи (якщо тема не була заздалегідь озвучена).
4. Короткий виклад основних теоретичних надбань за темою.
5. Творче завдання учасникам групи з формування необхідних їм навичок.
6. Зворотній зв'язок та рефлексія учасників групи після вправ та завдань
7. Наснаження ресурсами (зазвичай у вигляді кола підтримки).
8. Ритуали прощання, діагностика емоційного стану. Завершення зустрічі.

Структура має чітку послідовність дій у застосування тренінгової технології, тому ці етапи і складатимуть її **алгоритм застосування**.

Групові заняття можуть бути одноразовими, а можуть складатися з програми з наскрізною тематикою занять групи. Зазвичай програми складаються з 6-8 занять, на яких учасники можуть отримати необхідні знання та розвинути навички щодо додання наслідків психотравмівних подій. У наступному параграфі 2.3.3 представлено зразок програми роботи з групою вимушених переселенців, який може бути використаний при наданні ПСП даній категорії населення. Якщо заняття одноразове, то такий алгоритм має бути обов'язково

дотриманий. Якщо це програма занять, то на кожному з них алгоритм гнучко використовується відповідно до тематики занять. Привітання, робота з внутрішніми станами, виконання завдань, зворотній зв'язок і ресурсність мають бути обов'язково присутні на кожному із занять.

Особливістю технології ПСП є ведення груп 2-3-ма фахівцями або фахівцем разом із підготовленими волонтерами, що передбачає належний супровід учасників групи, які потребують додаткової уваги. При цьому формат зустрічі не змінюється. Наприклад, в учасника групи почався неконтрольований плач, що є достатньо конструктивним для проживання ним наслідків травмівних подій, і водночас це не є конструктивним для інших учасників групи. Тоді один з співведучих стабілізує стан цього учасника (за потреби це може відбуватися в приміщенні, де проходить тренінг, а може в іншому приміщенні або коридорі), а інший продовжує роботу з групою.

Розглянемо детальніше кожен етап структури тренінгової технології ПСП групи.

Знайомство, привітання, діагностика емоційного стану учасників

Даний етап роботи важливий для налагодження контакту з учасниками групи, для формування безпечного простору групи та розвитку довіри до всіх учасників процесу. Знайомство може відбуватися в різних варіантах. Наприклад, кожен називає своє ім'я та розказує про свої очікування щодо роботи в групі. Також дієвою є вправа, коли учасники малюють своє ім'я, а потім розказують символіку малюнка назagal. Цікавою може бути вправа, коли учасник чи учасниця показують якийсь рух і називає своє ім'я, а група повторює цей рух. Також дієвими є вправи, коли учасників ділять на міні-групи та дають невеликі творчі завдання. Таким чином учасники знайомляться один з одним, а потім діляться назagal своїми надбаннями та відкриттями. Вправи на знайомство можна використовувати різноманітні (Главник та ін., 2008), головним критерієм тут є зниження бар'єрів психологічного захисту, відчуття безпеки та довіри.

Ритуал привітання членів групи залежить від завдань зустрічі та уподобань ведучих. Це може бути формальне представлення ведучих, будь-яке творче завдання чи гра, в якій ведучі знайомлять учасників групи з собою, а може бути інтерактивне спілкування між учасниками групи та ведучими.

Діагностика емоційного стану учасників групи відбувається на початку і наприкінці заняття. Загально прийнятим способом (Arthur et al., 2003) є самовизначення учасниками групи свого стану за шкалою від 1 до 10, де 1 – «почуваюся спокійно», а 10 – «відчуваю сильне напруження» (наприклад, тривогу, страх). Застосування такої простої шкали дозволяє учасникам бути активними учасниками зустрічі. Однак ведучі можуть застосовувати й інші способи. Наприклад, провести просте опитування чи попросити учасників намалювати свій актуальний стан, відобразити його кольором, символом. Досвід ведучих дозволяє обрати оптимальний варіант діагностики станів учасників. Діагностика на початку та в кінці заняття має бути ідентичною. Це дозволить учасникам «побачити» зрушення, які в них відбулися під час заняття, закріпити їх, не знецінювати результати.

Даний етап технології ПСП, зазвичай, триває від 10 до 20 хвилин, залежно від тривалості заняття та основної мети зустрічі. Часто він виступає таким собі «розігрівом» групи на активну взаємодію учасників. На цьому етапі здійснюється міні-опитування учасників групи щодо їхніх очікувань: що вони сподіваються отримати від роботи в групі та які результати побачити. Такі опитування дозволяють ведучим стежити за ефективністю участі кожного учасника, а також сформулювати уявлення про «опорні точки» ресурсів групи, що саме підтримує людину в складних ситуаціях, яким чином члени групи підтримують один одного.

Нормалізація та стабілізація станів учасників групи

Цей етап суттєво збільшує ефективність тренінгових технологій ПСП, тому що дозволяє учасникам знизити тривожність, бути спроможними до сприйняття інформації й набуття навичок самопомоги й підтримки. Для цього ведучі підбирають вправи, які мають доказову ефективність у нормалізації стану учасників групи. Такими є загальновідомі вправи: «Метелик» або комплекс «Чотири стихії» (Психологічна..., 2022). Надалі стабілізація стану відбувається за рахунок вправ на заземлення, відчуття опори та балансу. Дієвими виявились такі вправи, як «Дерево» з Цигун-практики, початкові вправи з TRE (Tension & Trauma Releasing Exercises, Berceli, n.d.), спонтанне малювання, деякі вправи з нейрографіки. Загалом для нормалізації станів та їхньої подальшої стабілізації використовуються вправи з тілесно-орієнтованої та танцювально-рухової терапії та інших видів арттерапії, а також окремі вправи з бодинамічного підходу, EMDR, медитативних технік, Mindfulness та дихальних практик.

Вправа «Дерево», різні модифікації якої широко використовуються в тренінгових технологіях (Романовська, 2014).

Мета вправи: концентрація уваги на власних станах, заземлення та стабілізація.

Завдання: створити внутрішнє відчуття опори та активізувати здатність до нормалізації стану.

Учасники групи мають піднятися зі своїх місць та стати в коло. Вправа робиться стоячи.

Хід вправи. Ми просимо учасників групи стати в коло, закрити очі і слідувати за словами ведучого/ї: «Уявіть собі, що Ви дерево. Спробуйте оглянутися навколо себе, не відкриваючи очі. Де Ви проростаєте? Чи є біля Вас інші дерева, кущі? Чи достатньо Вам сонця та дощу для росту? А тепер відчуйте свої ноги як корені, які проростають у землю. Відчуйте цей ріст. Які Ваші корені: товсті чи тонкі, довгі чи коротенькі, гнучкі чи неповороткі? Чи достатньо Вам цих коренів, щоб отримувати поживні речовини та воду з землі? Відчуйте, як Ви всмоктуєте ці речовини в себе і розподіляєте, наповнюєте себе ними. Наповніться повною мірою, відчуйте цю насиченість, «силу землі». А тепер зверніть увагу на Ваші руки та голову. Уявіть собі, що це Ваші гілки та крона. Відчуйте, як Ви зігріваєтесь під сонячними променями, всмоктуєте вологу після дощу. Наповніть своє тіло цим теплом та вологою. Коли кожна Ваша клітина відчує сонячне тепло, зверніть увагу на місце в тілі, де «зустрічаються» поживні речовини з землі та сонячне тепло, «перемішайте» їх всередині та розподіліть по

всьому тілу. Відчуйте наповненість, силу, стійкість, гнучкість. Зверніть увагу на свою спроможність вистояти під всіма вітрами і знов вирівнятися. Коли відчуття наповнять Вас, зробіть глибокий вдих і видих. Відкрийте очі». Учасники сідають у коло, де відбувається рефлексія: чи змінився стан, що стало важливим під час виконання вправи. Можна запропонувати учасникам для закріплення ефекту намалювати дерево, яке вони уявляли під час виконання вправи.

Коли є потреба у заземленні, укоріненні (стабілізація станів за допомогою властивих учасникам життєвих опор), пропонуємо використати такі вправи, як «Стійкість», «Моє місце», «Територія там, де Я». Докладніше опишемо їх. Насправді ці техніки психологічної роботи дуже важливі в період війни. Бо внутрішньо переміщені особи зазвичай «зависають» у стані невизначеності, вони сподіваються швидко повернутися в рідні місця, а наразі ці території або окуповані, або дуже небезпечні для життя. Люди живуть надією, що ось-ось фронт посунеться і щойно ЗСУ звільнять їхнє рідне місто або село, в якому б стані не перебували їхній дім, подвір'я, город, вулиця, вони відразу туди виїдуть. Так, залишать малечу та старших людей на новому місці, а самі «рвануть» на рідну землю. Але настає черговий день, а фронт не так швидко рухається, як мріється, і вимушені переселенці знову дають собі трохи часу побути в цьому стані застигlosti та невизначеності. Тому так важливо працювати з актуальними станами ВПО, налагоджувати їхній побут та рутини життя на новому місці, в буквальному сенсі розпакувати речі, які вони привезли зі своїх домівок та «розпакувати» свої емоції, пов'язані з вимушеним переселенням. Заземлення на новому місці абсолютно не означає ігнорування почуття ностальгії, яке необхідно прожити та осмислити, та прагнення повернутися в рідні місця.

Вправа «Стійкість», мета якої: усвідомлення учасниками групи свого травмівного досвіду та стратегій його додання.

Завдання: намалювати 3 малюнки та усвідомити перебіг проживання травмівного досвіду.

Обладнання та матеріали: папір А4 – по 3 аркуші на кожного учасника, пензлики, склянки для води, кольорові олівці, гуаш, фломастери (кожен учасник має можливість обрати свій засіб малювання (гуаш чи олівці чи фломастери))

Хід вправи. Просимо учасників пригадати подію, яка для них є травмівною та намалювати її на папері. Це може бути символічний, сюжетний, будь-який малюнок. Потім просимо відкласти малюнок та взяти інший аркуш паперу. На ньому треба намалювати, знову ж таки символами, сюжетно, будь-як, свої копінги та стратегії, якими вони користувалися задля того, щоб пережити та справитися з наслідками події. Просимо відкласти малюнок та намалювати новий, на якому треба відобразити зміни, які відбулися в житті завдяки цій події, при тому важливо позначити як негативні, так і позитивні наслідки події. Тобто творчий етап складається з трьох малюнків: 1) події, яку людина вважає для себе травмівною, 2) всього того, що допомогло їй пережити й справитися зі стресом, 3) результатів проживання події (що змінилося в житті, «+» та «-» отриманого досвіду). Надалі автор складає розповідь за малюнками та ділиться з групою своїм відкриттями. Отже, аналітичний етап роботи містить три кроки: створення

розповіді по малюнкам, презентації її назагал та рефлексія зворотного зв'язку від учасників. Подальший шерінг дозволяє відчутти підтримку від інших учасників та приєднатися до схожого досвіду, отримавши інші варіанти реагування на події. Таким чином учасники збагатять себе можливими варіантами переживання та долання травмивних подій, а також зможуть подивитися на власний досвід ніби зі сторони, очима інших учасників, що спонукає до їхнього подальшого відновлення.

Вправа «Моє рідне місце», модифікація вправи «Безпечне місце» (Rogers, 1993), має на меті актуалізацію (спогад) місця, яке дозволяє відчувати себе захищеним, ніби вдома.

Завдання: пригадати місце, де людина відчувала себе у повній безпеці та намалювати його.

Обладнання та матеріали: папір А4 чи А3, гуаш, пензлики, склянки для води, серветки.

Хід вправи.

1 етап. Підготовчий. Говоримо про важливість мати опори в минулому, до яких можна звернутися у разі дефіциту ресурсів в теперішньому. Минулий досвід дозволяє відчутти власну силу та здатність до відновлення.

2 етап. Творчий. «Пригадайте, будь ласка, ті місця, де для Вас була повна безпека та спокій. Коли це було? Скільки Вам було років? Чи можете Ви пригадати такі місця? Намалюйте таке місце». Зазвичай це конкретні місця на мапі, тож важливо позначити територіальну належність автора малюнку. Така ідентифікація дозволяє поринути в ті місця, які є дорогими для людини.

3 етап. Медитаційний. Після малювання ведучий просить автора з закритими очима уявити, що він зараз знаходитесь у цьому місці і запропонувати «там» побути стільки часу, скільки йому треба.

4 етап. Загальний шерінг. До автора малюнка ставляться запитання: «Чи відбулася подорож до свого місця? Яке це місце, де воно знаходиться? Чи дає вам сили це місце? Чи надихає воно?»

Вправа «Там, де Я» (О. Плетка) має на меті рефлексію своєї територіальної ідентичності.

Завдання вправи. Учасникам пропонується поміркувати про рідну землю та намалювати символ, який би характеризував людину з огляду на її територіальну приналежність.

Хід вправи.

1 етап: пошукова діяльність. Учасники групи міркують про свій зв'язок з місцем свого помешкання, відповідають на запитання і створюють символ своєї належності до певної території (територіальної ідентичності). Оскільки термін «територіальна ідентичність» може виявитися новим для учасників групи, то варто зупинитися на його тлумаченні та на «заземленні» терміну, наведенні ситуацій повсякденного життя, коли люди демонструють свою приналежність та прив'язаність до місця помешкання.

Запитання, що стимулюють пошукову активність, є такими: «Що для мене «моя територія? моя земля? Яким чином ми презентуємо себе як представника групи людей, що мешкають на певній території? Якими символами

позначаємо цю належність? Як ми взаємодіємо, коли говоримо про земляків? Які теми ми транслюємо та які оминаємо в комунікації між «своїми»? Що є важливим для нас, як представників певної території? Що демонструє мою лояльність до території, представником якої я себе вважаю? Які емоції я відчуваю, коли говорю або згадую про свою землю, місце, «там, де Я»? «Там, де Я», там і Ми? Що демонструють мої емоції до рідної землі? Як взаємодіють земляки?»

2 етап: створення символу своєї територіальної ідентичності за допомогою малювання або ліплення з пластиліну.

3 етап: рефлексія творчого процесу за допомогою роботи в парах.

4 етап: загальний шерінг, де головним є питання функцій територіальної ідентичності в житті людини та її особливостей вияву в складних соціальних ситуаціях, зокрема під час війни (Плетка, 2021). Тут варто зауважити, що до роботи з територіальною ідентичністю переселенець має бути внутрішньо готовим. Існують ризики ретравматизації людини в її спогадах про рідні місця. У роботі з територіальною ідентичністю варто зробити наголос на тому, що «наша територія – там, де ми». Вона може бути відновлена на новому місці, бо Ми – це українці. Створення нових соціальних зв'язків, відновлення, за можливості, старих зв'язків з друзями та земляками, а тим більше, якщо вони також опинилися десь неподалік, підтримка цих зв'язків становлять базис у розвитку взаємодії в «групі своїх», заземлення та відновлення почуття безперервності власної ідентичності.

Основні потреби та запити групи, вибір теми роботи

На первинному колі учасники групи озвучують свої потреби, обговорюючи питання, на кшталт своїх очікувань щодо можливих усвідомлень власних станів. Технологічно цей етап вважається сенситивним у формуванні довіри учасників до групи, розкриття можливостей та потенціалу, віри в себе та формування безпечного інгрупового простору взаємодії та контакту між учасниками. Також важливими є групова підтримка та можливість бути поруч. Це може бути пропозиція від ведучих чи учасників групи, а може бути прохання від учасника. Наприклад, на запитання «Що може Вам допомогти вистояти?», – людина може відповісти, що вона потребує тілесного контакту та обіймів учасників групи. І тоді кожен учасник обіймає цю людину. Або, коли учасник просто від переповнених емоцій не може говорити, то ведучі пропонують усій групі просто помовчати певний час (наприклад, 2 хвилини), ніби розділяючи біду учасника. У цей час учасник проживає підтримку на внутрішньому рівні. Головне, щоб це стало нормальною, звичайною практикою для групи, без оцінок, осуду та нервування інших учасників.

Після певного часу ведучі можуть перевести увагу на іншого учасника. Ініціативою від учасників може бути пропонування підтримки, навіть через передачу серветок або ж розповідь про аналогічний досвід і свої стратегії відновлення в ньому.

Також існує варіант ведення груп, коли її учасники озвучують свої потреби в підтримці та артикуляції певної теми (випадків, досвіду переживань), а інші обирають найбільш актуальну тему для себе (Карпенко, 2015). Це може відбуватися, наприклад, як в соціометрії, коли якимось чином у просторі

тренінгової групи розміщується символічна шкала (малюємо рисочку чи кладемо стрічку для позначення лінії на підлозі) і учасники помічають, де яка тема знаходиться. Потім ведучий просить учасників стати на місце теми, яка для них цікава. Де більше учасників – та й тема і буде головною на занятті. Можна також ведучим самим зробити вибір і озвучити його на групі. У разі заявленою заздалегідь теми заняття цей етап буде про те, що саме «бачать» учасники групи важливого для себе в ній, про що вони хочуть дізнатися глибше чи чому навчитися, чим ця тема є для них значущою.

Основні теоретичні поняття за темою роботи групи.

Психоедукація

Даний структурний елемент тренінгової технології вважається одним з основних, центральних у занятті. На ньому коротко та стисло повідомляються основні теоретичні знання щодо, наприклад, відреагування на потенційно травмівну подію чи можливостей щодо відновлення після неї. Формати надання інформації можуть бути різними: презентація, розповідь, бесіда, дискусія, робота в міні-групах у пошуку відповідей на актуальні питання (Burton et al., 2010). Основними завданнями цього етапу є формування уявлень щодо власних станів та можливостей їхньої стабілізації чи шляхів додання наслідків. Поняття важливо надавати простою мовою, зрозумілою для всіх, не обтяжуючи учасників специфічними термінами, або ж, навпаки, зловживаючи загальними виразами.

Основним меседжем ведучого, червоною лінією його розповіді має бути ствердження оптимізму щодо успішності додання учасниками групи тривожних станів невпевненості та розпачу. Можна підкріпити цю впевненість історіями інших людей зі схожим життєвим досвідом про успішне додання таких станів та відновлення. У разі спонтанного вибору теми заняття ведучі мають мати у своєму арсеналі низку вправ, заздалегідь заготовлених для таких випадків, або ж скерувати групу на підготовлену тему. Також тут важливими є компетентності ведучих щодо групової динаміки, паралельних процесів у групі та групових ефектів.

Творче завдання

Творчість є ресурсним варіантом наснаження учасників групи, що сприяє ефективності процесу відновлення після потенційно травмівних подій. У результаті виконання творчих завдань знижується емоційна напруга, розвивається креативність як спосіб самовираження. Через творчість краще засвоюються нові навички, знання та формуються оптимальні стратегії відновлення. Для творчих завдань можна використовувати елементи арттерапії, психодрами, ігрової діяльності, прикладного мистецтва та інших напрямів психологічного втручання. Головним є постулат, що ведучі мають компетентності в цьому напрямі, розуміються на його методології, ефектах, перевагах чи ризиках (Вознесенська, Сидоркіна, 2016). Тобто варто використовувати доступні прийоми, не нав'язуючи власну інтерпретацію учасникам групи, мати можливість дозволити їм розкрити власний сенс дій чи творчих продуктів, створених на занятті. Тому ведучі запитують, а що це чи інше означає для Вас самих, і лише потім можуть розширити чи додати чогось свого

(думки, фантазії, роздуми, спостереження, відчуття тощо) або ж, наприклад, пояснити загальновідомі інтерпретації символіки.

Також на цьому етапі роботи важливою є активність самих учасників групи, їх здатність до самостійної та групової роботи. Така активність допомагає повернути контроль над власним життям, наснажити себе ресурсами, розвиваючи здатність справлятися з ситуацією. Створений безпечний груповий простір сприяє цілісному залученню учасників через їхні міркування, почуття та дії до процесу відновлення та посттравматичного зростання. Важливими для учасників груп ПСП є можливість відреагування наслідків потенційно травмивної події, зниження симптоматики посттравми, адаптація до змінених умов життя та пошук шляхів відновлення. Ведучим бажано бути гнучкими, спроможними відповідати на виклики учасників групи та використовувати в практиці широкий репертуар психологічного інструментарію.

Зворотній зв'язок та рефлексія учасників групи

Даний елемент тренінгової технології ПСП дозволяє відчувати себе частиною цієї групи, приєднатися до неї психологічно, «поріднитися» досвідом та відчувати себе важливим учасником групи. Ведучі мають можливість побачити ефективність здійсненого впливу. Учасники можуть навчитися приймати свій досвід через призму досвіду інших учасників. Також даний структурний елемент сприяє нормалізації переживань (Van de Ridder et al., 2015), коли всі учасники є рівними в праві прояву себе та гідними пережитого досвіду, а також мають можливість долати наслідки потенційно травмивних подій, спираючись на групову підтримку.

Наснаження ресурсами

Узагальнення отриманого досвіду під час заняття відбувається у колі, коли учасники підтримують один одного, висловлюючи подяку за почуте й побачене, за те, що для них було важливим, чому навчилися і що зрозуміли. Визнання заслуг інших учасників групи сприяє наснаженню внутрішніми та зовнішніми ресурсами, створенню групового балансу у взаємодії, що у свою чергу дозволяє людині спиратися на ці надбання, тримати рівновагу при особистісних зрушеннях та розвивати стійкість й силу для подальшого життя. Також важливим елементом роботи в групі є слова підтримки ведучих.

З метою наснаження ресурсами можна рекомендувати **вправу**, яка широко використовується в групах самодопомоги «**Шепіт янгола**» (запропонував О. Старовойтенко (2015), тренер групи самодопомоги).

Мета вправи: психологічна підтримка учасників групи.

Завдання: психологічно підтримати один одного, надати можливість повірити у власну здатність до відновлення.

Матеріали та умови: стікери, ручки для запису виразів підтримки або заготовлені тренерами папірці з такими виразами; приміщення, де можливо створити 2 кола, або внутрішній двір споруди, де є можливість провести вправу.

Хід вправи. Ведучі заздалегідь виписують (або друкують) слова та вирази, які б могли підтримати людину, на окремих стікерах. Також можна записати слова підтримки, які розроблені Джин І. Кларк та орієнтовані на різні вікові

стадії розвитку людини (Clarke, Illsley, 1998). Або ж учасники самі пишуть побажання та слова підтримки, які б хотіли почути. Усі стікери складають у якусь ємність та перемішують. Кожен учасник бере декілька стікерів. Учасники стають у 2 кола – зовнішнє і внутрішнє. Учасники, які стоять у внутрішньому колі – заплющують очі, а ті, хто опинився у зовнішньому колі, починають пошепки зачитувати обрані послання на вухо учаснику внутрішнього кола, повторюючи послання двічі. Потім учасники зовнішнього кола переміщуються по колу, щоб була можливість зачитати ці послання кожному учаснику внутрішнього кола. Коли коло завершено, учасники зовнішнього кола закривають очі, а з внутрішнього кола учасники також до колу читають пошепки свої послання кожному учаснику. Наприкінці в групі обговорюються враження від отриманих послань.

Завершення зустрічі, діагностика емоційного стану.

Технологія ПСП передбачає наявність певних ритуалів, які б формувалися в групі та сприяли розвитку різних видів групової ідентичності її членів: як учасника групи підтримки, як представника громади, на території якої мешкає людина, та як громадянина країни, тобто як представника великої соціальної групи. Зауважимо: під час війни актуальним став вияв національно-територіальної ідентичності (Слюсаревський, 2022). Якщо до війни цей показник взаємодії не потребував підтвердження, людина просто називала себе мешканцем того чи іншого населеного пункту, вулиці, будинку, то зараз аргументом комунікації серед українців є позначення себе як громадянина держави, представника титульної нації. «Я – українець» часто можна почути від представників різних етнічних груп, які проживають на території країни. Також гостро постало питання національно-територіальної ідентичності людини в умовах тимчасової окупації українських територій. Учасники груп, які мають досвід проживання на окупованих територіях, готові привносити у роботу групи психосоціальної підтримки ритуали, які нагадують їм про дім та виступають такими собі психологічними опорами буття ВПО в теперішньому часі на вільних, але нових для них українських територіях. Тобто, група може наснажувати учасників, спираючись на наративи, які демонструють національно-територіальну ідентичність. Наприклад, «це наша земля», «загарбники не мають права хазяйнувати на моїй землі».

Групові ритуали позначають межі процесу і ніби «говорять» про початок та кінець будь-якого дійства. Ритуалізація завершення заняття створює певну рутину в житті учасників групи, яка спонукає до групової консолідації та розвитку кола підтримки самих учасників. Діагностика емоційного стану учасників додає віри у дієвість ПСП та спонукає до безоцінного сприймання себе та інших членів групи. Завершення заняття також може відбуватися у ігровій формі або мати короткотривалу творчу вправу.

Вправа «Від серця до серця» (автор Плетка О.).

Мета вправи: демонстрація учасниками групи взаємної підтримки.

Завдання: створити Серце, яке б вмішувало в себе всі можливі побажання від інших учасників групи.

Для її здійснення необхідно підготувати такі матеріали: кольоровий папір, який сам клеїться, звичайний кольоровий папір, різнокольорові стікери, ножиці й ручки або фломастери. Орієнтовно вправа займає до 20 хвилин часу і складається з трьох етапів:

1. Створення серця з кишенькою,
2. Написання побажань собі та іншим учасникам тренінгу,
3. Дарування побажань.

Коли є потреба скоротити час, то можна заздалегідь зробити заготовки для кожного учасника. Для цього вирізаємо з самоклеючого паперу форму серця, а з кольорового паперу кишеньку, яка має форму нижньої половинки форми серця. Важливо, щоб заготовки співпадали за розмірами. Якщо це роблять учасники, то можна надати їм шаблони цих форм. Завдання для учасників: створити кишеньку. Для цього відгинається край самоклеючого паперу у формі серця з боків (1-2 см) і приклеюється туди кишенька. Потім на стікерах пишуться побажання собі (2-3) і кладуться у кишеньку. Наступним етапом є написання побажань іншим учасникам групи. Коли вони написані, учасники підходять до інших членів групи і кладуть свої побажання в їхні кишеньки. Ця вправа сприяє наснаженню учасників групи зовнішніми ресурсами та навчає самодопомозі та психологічній підтримці інших.

2.3.3. Програма ПСП для родин вимушено переміщених осіб в умовах війни. Авторський досвід

Психосоціальна підтримка осіб, що потрапили у складну соціальну ситуацію, є нагальним завданням працівників соціальної сфери. З 2014 року наша країна потерпає від російської навали. Тисячі українців вимушені шукати прихистку далеко від звичного місця проживання. Втративши домівку, роботу, звичний стиль життя, родина потребує уваги фахівців для полегшення адаптації до нових умов життя та психологічної підтримки в процесі долання наслідків отриманого травматичного досвіду.

Після повномасштабного вторгнення кількість вимушених переселенців вже йде на мільйони (Кількість..., 2023). Багато хто з них виїхали за кордон держави та за півтора року адаптувалися до умов життя в тих країнах, де опинилися: знайшли роботу, діти пішли до школи. Вони поступово інтегруються у суспільства, які їх прихистили: вчать мову, пізнають культуру і сумують за домівкою. На жаль, багатьом з них просто буде нікуди повертатися, бо зруйновані їхні домівки, наявні непоправні втрати серед близьких та знайомих. Йдеться не лише про втрату фізичного здоров'я, але й психічного. Всі означені проблеми потребують свого вирішення. Самотужки подолати їх не спроможна ні одна людина чи родина. Тому гостро постає питання надання ПСП таким родинам. А, зважаючи на те, що за період з 2014 до 2023 року вирости покоління дітей, які не знають, як це жити під мирним небом, то багато з них, навіть, не можуть уявити собі майбутнє без воєнних дій та наявності можливості планування й визначеності найближчих життєвих подій.

Частина осіб, які, потерпаючи від війни, тікали у більш безпечніші регіони країни, опинились в ситуації, коли небезпечно повсюди, а треба якось жити і працювати. Адаптація за таких умов відбувається болісно, напруження та тривожність зростають і не допускають полегшення ситуації. У таких умовах ПСП є дієвою формою підтримки населення в умовах війни. Особливої уваги потребує категорія населення, яка перебувала на окупованих територіях, та після деокупації вимушено виїхала в інші міста. Їхній психологічний стан складно переключити з режиму виживання на режим адаптації до нових умов. Невизначеність майбутнього, втрата ідентифікаційних соціальних зв'язків на старому, рідному місці помешкання та їхня несформованість на новому призводять до того, що внутрішньо переміщені особи неначе перебувають у «підвищеному стані» між минулим і майбутнім. Вони можуть довго не розпаковувати свої речі, плекаючи надію на повернення до рідних місць. Обов'язок територіальної громади, яка прийняла та прихистила вимушених внутрішніх мігрантів, полягає у найскорішій їхній адаптації та відновленні. Фахівці, громадські об'єднання, міжнародні організації пропонують велику кількість програм з ПСП. Існують також авторські програми, які відображають нагальні потреби конкретного регіону, міста та враховують особливості станів вимушено переселених осіб, які там мешкають (Робота ..., 2022).

Розвиток стресостійкості в умовах війни потребує з одного боку універсального підходу (Reivich et al., 2011), а з другого – створення диференційованих програм з урахуванням пережитого досвіду та особливостей регіону (часті бомбардування, окупація, сильні руйнації, близькість лінії фронту, наприклад, або, навпаки, віддаленість від рідного дому, інші соціально-культурні умови регіону України). Робота з родинами вимушених переселенців показала ефективність використаних технологій ПСП (Плетка, 2022). Реалізація авторської програми «Психосоціальна підтримка родин під час війни та повоєнний час» (Плетка О., проєкт «Сила життя», м. Харків, БФ Б. Фельдмана, БФ «З любов'ю до України») позитивно вплинула як на соціально-психологічний добробут ВПО, так і на їхнє психічне здоров'я. У програмі брали участь родини, що постраждали внаслідок війни, були вимушені виїхати з Харкова, а потім повернулися додому. Програмою передбачено інтенсивну, протягом місяця, низку занять: 1) спільно з усіма членами родини, 2) з дітьми, 3) з батьками. Програма диференційована за віком дітей і передбачає підтримку дітей на їхньому шляху відновлення у своїй віковій групі (7-10, 11-14 та 15-18 років). Програма занять для батьків передбачає їхню просвіту щодо реакцій на потенційно травмівні події, принципів самодопомоги та підтримки дітей і родини, набуття навичок першої психологічної допомоги й пошук соціально-психологічних ресурсів для власного відновлення.

На прикладі учасників групи дорослих продемонструємо дієвість та результативність тренінгових технологій при наданні ПСП (кількість респондентів – 85 осіб). Так, попереднє та заключне опитування учасників (скринінг ПТСР) показало зменшення симптоматики ПТСР (Уніфікований..., 2016) на 9,5 % з 34,5% на 25%. Наразі це суттєвий показник зниження ризику для короткотривалого, упродовж місяця, соціально-психологічного проєкту,

оскільки лікування ПТСР підлягає перенаправленню на четверту ланку спеціалізованої психологічної реабілітації (психотерапія і психіатрія).

Зафіксовано позитивну динаміку проявів тривоги та депресії за госпітальною шкалою (Госпітальна..., n.d.). Частка батьків, які знаходилися в межах норми стану за тестовими вимірюваннями, зросла на 17,1 % і склала 68,8%. Враховуючи, що під час скринінгу 25% осіб показали стійку симптоматику посттравматичних розладів, такі результати перевищили очікувані. Ще більш значущі зміни збуло зафіксовано за шкалою тривоги. Оскільки тривога найлегше піддається корекції при наданні психосоціальної підтримки, то й отриманий результат засвідчив саме її зниження. Виражену тривогу знижено до 31 % у дорослих проти майже 60 % до програми.

Показники стресостійкості також зазнали змін. Відбулося унормування стресових реакцій, покращення оцінки власної самоефективності у використанні часу та прийнятті рішень та зниження самокритики в цій сфері. Значно розширився діапазон копінг-стратегій та оволодіння адаптивними стратегіями. Найпомітніше зросло використання конструктивних стратегій емоційного реагування (в 2,66 рази).

Розглянемо структуру заключного заняття для батьків, щоб продемонструвати важливість використання тренінгових технологій у процесі надання ПСП.

Тема заняття «Наближаємо майбутнє» висвітлює основну його мету – просвіту учасників щодо стратегій відновлення та можливих шляхів пошуку внутрішніх та зовнішніх ресурсів. Структура заняття така:

1. Привітання, діагностика емоційного стану учасників
2. Первинний шерінг задля стабілізації станів учасників групи
3. Розкриття теми заняття: репрезентація та її важливість для відновлення
4. Бесіда «Ресурси виживання та відновлення»
5. Творче завдання «Ресурси сьогодення»
6. Зворотній зв'язок та рефлексія учасників групи
7. Вправа «Лист вдячності та побажань»
8. Загальний шерінг, діагностика емоційного стану. Завершення зустрічі.

Ключові запитання ведучих на перших трьох етапах роботи на занятті: як почуваєтесь? Оцініть свій внутрішній стан за шкалою від 1 до 10 балів. Як ви гадаєте, про що ми будемо сьогодні з вами говорити?

Просвітницька частина (бесіда) містить в собі пояснення поняття «ресурси». Орієнтовний зміст бесіди: говоримо про поняття ресурсу, його види (внутрішні та зовнішні), про можливе використання у своєму житті. **Зовнішні ресурси** – це матеріальні цінності, соціальні статуси та зв'язки, які допомагають людині ззовні (Park, 2009). **Внутрішні ресурси** – психологічний потенціал особистості, характер та навички людини, що допомагають зсередини. Чим більше у людини набутих внутрішніх ресурсів, тим вища здатність відчувати себе впевнено і цілісно без будь-якої підтримки соціуму, і, навіть під час опозиції соціуму, витримувати стрес (Lazarus, Launier, 1981). Варто зазначити, що завдяки актуальним розробкам психологів поняття ресурсу в психології набуває все більш глибокого змісту. Так, розроблена технологія активізації психологічних

ресурсів (Коробка та ін., 2022), виокремлено групові ресурси долання негативних соціальних явищ (Чорна та ін., 2021).

Як уже зазначалося, важливим ресурсом під час війни стала територіальна ідентичність людини. Так, повномасштабне вторгнення та часткова окупація країни загострила у людей відчуття належності до власної країни, до своєї землі. Сприймання себе як мешканця певної території дозволило відчувати себе гідно та зрозуміти наскільки важливо захищати власну землю, країну від загарбників. Навіть за умови руйнування житла, переживання горювання на фоні комплексних втрат (людських та майнових), вимушена міграція не змогли «загасити» ресурс належності до своєї країни. Наразі учасники груп часто під час занять говорять про відчуття гордості за можливість бути українцем, де б ти не був. Туга за втраченим житлом, неможливість повернутися додому, бо просто нікуди йти (під окупацією чи повністю зруйновано місто чи село), любов до своєї землі спонукають до щемливих спогадів та насамперед локальної ідентифікації себе лише представником тої чи іншої місцини.

Спостереження за взаємодією учасників груп показало, що знайомство відбувається таким чином: презентація свого імені та звідкіля людина. Ведучий при цьому може зазначити таке: «Видатні люди давнини часто позначалися таким ідентифікатором особи, наприклад Геродот з Галікарнасу, Піфагор з Самосу, тим самим окреслювали територіальне походження власної персони. У сучасному світі таким ідентифікатором особи є її належність (громадянство) до певної країни, що й виступає насамперед маркером територіальної ідентичності. Однак громадянство абсолютно не заперечує приналежність людини до певного регіону України, її почуття до малої Батьківщини». Отже, презентація особи в групі має поєднувати ці територіальні виміри ідентичності її учасників.

Творча складова заняття присвячена символізації своїх наявних ресурсів та пошуку невластивих людині ресурсів, черпаючи їх з досвіду інших учасників групи.

Вправа «Ресурс сьогодення» (Плетка О).

Завдання: визначити власні ресурси долання людини, висвітлити та запозичити від інших учасників варіанти долання наслідків травматичних подій.

Матеріали для виконання вправи: папір А3, гуаш, пензлики, склянки для води, кольорові пастельні або воскові олівці, прості олівці, ножиці, фломастери або ручки для написання.

Хід вправи.

1 етап. Розігрів учасників. Розповідаємо про можливість черпати ресурси кожного дня з будь-якої ситуації чи події, про підтримку інших, про допомогу іншим, про взаємодію, яка надихає.

2 етап. Створення символу ресурсу сьогодення у вигляді щита. Просимо створити щит свого захисту від негараздів сьогодення (невизначеності, втрат, тривоги, страху та інших атрибутів, які супроводжують війну). На аркуші А3 малюємо контур щита (кожен, як забажає по формі). Контур позначаємо 2 лініями, де 3 см між ними, тобто подвійний контур. Далі внутрішню частину контуру щита позначаємо так, як це показано на рис. . Просимо зліва намалювати символи своїх внутрішніх ресурсів життя, а на правій стороні – зовнішні ресурси,

які вас захищають. У колі учасник групи позначає себе як власника таких чудових ресурсів.

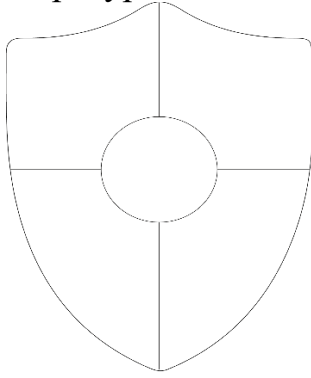


Рис. 5. Заготовка для вправи «Ресурс сьогодні»

3 етап. Означення девізу життя на щиті. Необхідно вирізати щит, підписати по контуру девізом чи виразом який характеризує власника щита та його життєву стратегію.

4 етап. Рефлексія в парах. Поділити учасників на пари. Завдання: розповісти про свої ресурси, про свій захист від негараздів життя. При розмові можна дописувати чи домальовувати ресурси, про які почули від партнера, збагачуючи свій життєвий досвід додання складних соціальних ситуацій.

5 етап. Підсумковий. У загальному колі говоримо про те, що здивувало або що надихнуло. Ведучий запитує: «Якими ресурсами не користувались або не вважали їх дієвими і яким хотіли б навчитися?»

Наснаження ресурсами продовжується під час виконання наступної вправи.

Вправа «Лист вдячності та побажань» (Плетка О.).

Мета вправи: отримання максимально можливої підтримки від учасників тренінгу та наснаження ресурсами.

Завдання: створити Лист вдячності та заповнити його.

Хід вправи

1 етап. Підготовчий. Учасники оформлюють лист А4 як листівку і підписують його своїм ім'ям.

2 етап. Надихаючий. Підготовлені листівки учасники пускають по колу, інші заповнюють їх побажаннями і словами вдячності (пишуть або малюють, можуть прикрашати) та передають далі.

3 етап. Ресурсний. Листівки повертаються до власників. Вони їх читають. Ведучі бажають всім надихатися цими словами, час від часу їх прочитувати задля підтримки себе у складні періоди життя.

Завершення зустрічі проходить як загальний шерінг. Ведучі ставлять запитання: «Що було цікавим на занятті? Що важливого учасники отримали для себе? Яким чином плануєте підтримувати себе та близьких? Які ресурси стали вам зрозумілишими? Будь ласка, оцініть свій стан від 1 до 10. У нас завершується робота групи, чи можете ви поділитися враженнями своєї участі у роботі групи батьків?».

Описане заняття є частиною програми роботи з ПСП осіб, що постраждали внаслідок війни, однак воно може бути використане як самостійне, окреме заняття. Тривалість заняття – 1,5 години.

Отже, тренінгові технології психосоціальної підтримки є суттєвим та дієвим підходом у допомозі постраждалим від війни, в їхній просвіті та навчанні необхідним навичкам відновлення. Технологічний підхід передбачає наявність чіткого алгоритму створення окремого заняття та програми в цілому. Це, з одного боку, полегшує завдання авторам програм та ведучим занять, а з іншого – може призвести до функціонального відтворення технології без урахування особливостей цільової аудиторії. Важливо розуміти, що тренінгові технології у своїй основі мають механізм навчання, а ПСП передбачає насамперед взаємодію «рівний-рівному» або м'яку навчальну позицію з наснажуючими елементами. Дотримання балансу між цими позиціями є певним мистецтвом, яке потребує спеціалізованої підготовки осіб, які надають ПСП населенню.

2.4. Організація здоров'я-орієнтованого соціального середовища в системі освіти та територіальних громадах (Вус В. І.)

На перший погляд питання охорони ментального (психічного) здоров'я та забезпечення соціально-психологічного добробуту людини достатньо широко представлені в сучасному освітньому процесі, принаймні тих країн, які відносять себе до розвинутих та демократичних (Lasater et al., 2022). Вивчення цих питань інтегровано і в контент навчальних програм, і в організацію освітнього процесу.

Завдяки запровадженню саме інтер- та транс- дисциплінарних підходів серед освітян набуває популярності використання таких нових понять як електронне психічне здоров'я (E-Mental Health), мобільне психічне здоров'я, телементальне здоров'я та цифрове психічне здоров'я (Drissi et al., 2020a; Drissi et al., 2020b; Drissi et al., 2021). Багато галузей знань, так би мовити, «переосмислюють» себе через призму психічного здоров'я. Однак, за більш ретельного та детального розгляду, можна зазначити, що ця «інтеграція» носить фрагментарний та аплікаційний характер. Відсутній цілісний здоров'я-орієнтований підхід до освітнього процесу в цьому аспекті. Необхідно деталізувати та розкрити конструкти здоров'я-орієнтованого освітнього середовища, інтегрувати досвід створення здоров'я-орієнтованого середовища інших країн (Lasater et al., 2022). Необхідно також зазначити, що в українських школах реалізується проєкт «Школа здоров'я» (n. d.), який передбачає комплексний підхід до створення в закладі освіти середовища, спрямованого на популяризацію здорового способу життя, зміцнення фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я учнів. Про необхідність взаємодії родини, освіти, громади в забезпеченні здоров'я людини, в тому числі й психічного, йдеться в численних публікаціях (Пирог та ін., 2023). Про засади формування ціннісного ставлення до здоров'я в системі професійно-технічної освіти (Єжова, 2010), про формування здоров'язбережувального освітнього середовища, як аспекту діяльності керівника закладу освіти (Мешко, 2017), йдеться в працях українських науковців. На необхідності впровадження в діяльність закладу освіти концепції школи, чутливої до психічного здоров'я, наголошують педагоги

та психологи (Залюбовська та ін., 2023). Промоція психічного здоров'я в школі, превенція психічних розладів та психологічна підтримка психічного здоров'я становлять основу системи необхідних організаційно-управлінських інтервенцій в освітнє середовище закладу освіти. Базуючись на цих гуманістичних підходах до здоров'я тих, хто навчається, враховуючи світовий та вітчизняний досвід, викладемо принципи та модель розбудови здоров'я-орієнтованого соціального середовища в системі освіти та роль у цьому процесі територіальної громади.

Отже, що таке здоров'я-орієнтоване освітнє середовище? Це не просто навчальний заклад та його стіни, це спільнота, це певне «міні-суспільство», певне об'єднання учнів, педагогів, персоналу, батьків, всіх, хто займається питаннями психічного здоров'я та соціально-психологічного добробуту дітей. Таке освітнє середовище поділяє цінності здоров'я. В такому середовищі люди прагнуть до відчуття не лише власного емоційного, фізичного та психічного благополуччя, а й усіх тих, хто є суб'єктами цього середовища. Тобто тут йдеться про згуртовану єдність людей, яка має спільні цінності та єдину мету. Правила цієї групи поділяються всіма її членами та описують норми взаємодії в освітньому середовищі, спрямовані на збереження та розвиток здоров'я дітей, про що йдеться не лише на окремих уроках або заняттях, присвячених питанням здоров'я, а й загалом повсякчас, у кожний момент функціонування закладу освіти та й загалом поза його межами, там де представники такого середовища презентують себе у взаємодії з іншими.

До принципів побудови здоров'я-орієнтованого освітнього середовища віднесемо:

- привнесення в *освітній процес* різноманітних інновацій та покращень, тобто всього нового, що ми дізнаємося про психічне здоров'я та соціально-психологічний добробут;
- інтеграція цих інновацій та пов'язаних з ними діяльностей, різноманітних практик та активностей в *освітнє середовище*;
- розбудова *інфраструктури* освітнього середовища (тобто забезпечення функціонування споруд, будівель, систем і служб, на базі яких буде розвиватися здоров'я-орієнтоване середовище);
- наявність *наукового підґрунтя* в інноваціях з охорони, зміцнення та розвитку здоров'я; зазначимо, що це мають бути науково верифіковані методики, вже доведені інновації.

Саме за допомогою таких інновацій, а також наявності інфраструктури для їхнього впровадження, можливо сприяти підвищенню обізнаності педагогів, учнів, батьків в сфері здоров'я, насамперед у сфері охорони саме соціального-психологічного добробуту та ментального (психічного) здоров'я. Поширюючи інформацію, наприклад, про методики саморегуляції в стресових ситуаціях, необхідно враховувати наявність їхньої доказової бази через дослідження, зважати на наукову перевірку, на що саме і наскільки все це впливає.

Ініціатори створення такого середовища, а це можуть бути будь-хто з суб'єктів освітнього процесу (батьки, учителі, адміністрації закладу освіти та власне учні/студенти; органи управління освітою), мають вивчити групові

очікування та конкретизовані запити колективу закладу освіти щодо охорони здоров'я та зміцнення соціально-психологічного добробуту. Це може бути локальне опитування в окремому закладі освіти, а може бути репрезентативне опитування на рівні територіальної громади, загалом усього освітнього середовища країни. На основі цих очікувань та запитів підшукуються нові методики та інновації, які можна було б та необхідно запровадити в освітньому середовищі (рис. 6).

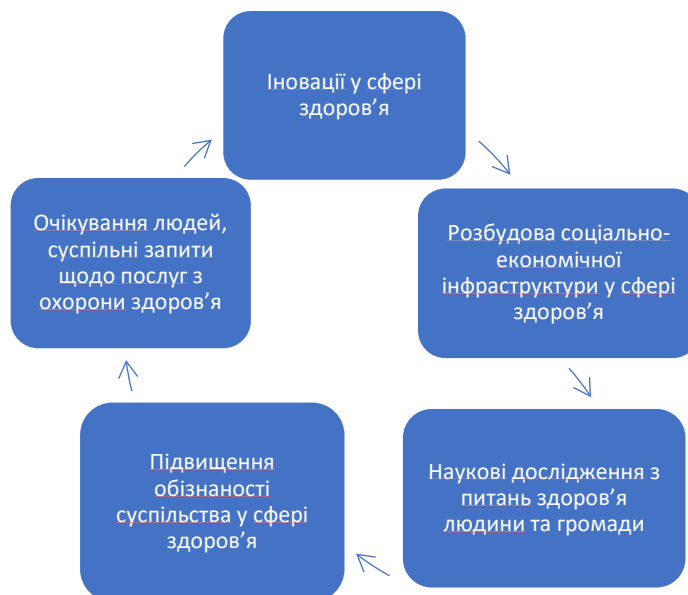


Рис. 6. Модель розбудови здоров'я-орієнтованого освітнього середовища

Звернемося до основних **конструктів** здоров'я-орієнтованого освітнього середовища, тобто того, як це має бути розбудовано в закладі освіти або в системі закладів освіти, що об'єднана територіально.

Обов'язково в освітньому середовищі має бути **сектор промоції**, який буде займатись тим, щоб всі дізнались та почули про інновації в сфері охорони, укріплення і розвитку психічного здоров'я та соціально-психологічного добробуту, про заходи, які здійснюються на предмет упровадження в практику цих інновацій, про перевірку цих заходів щодо їхньої дієвості та екологічності. Тобто, все що напрацьовано, доведено, перевірено, має бути поширено.

Також має бути **юридичний сектор**, який повинен підтверджувати наскільки інновації є легальними у правовому полі України, наскільки все це є легальним у міжнародному правовому полі. Тобто це означає, наскільки інновації та покращання відповідають усім вимогам Конвенції прав дитини, законодавству України, міжнародним гуманітарним принципам.

Сектор менеджменту має організувати функціонування такого середовища, структурувати його відповідно до основних завдань освіти, координувати роботу інших секторів. Доведено, що здоров'я педагога залежить

від організації багаторівневої системи підтримки в освітньому середовищі (State et al., 2023).

Сектор спортивного масового сектору та сектор психофізичного розвантаження організує роботу спортивних майданчиків, фітнес центрів, спортивних зал тощо. Це забезпечує активності людей, що сприяють вияву позитивних та трансформації негативних емоцій. Також передбачається наявність спеціальних приміщень, де будуть надаватися послуги зі збереження та підтримки здоров'я: і фізичного, і психічного. Це можуть бути різні кімнати розвантаження, релаксації, психологічної підтримки, артпедагогіки та арттерапії.

Освітній сектор. Тут освітні заходи можуть бути інтегровані у сам освітній процес закладу освіти, а можуть бути позанавчальними та позарегламентними: психоедукаційні навчальні предмети та курси, різні освітньо-виховні табори, гуртки, факультативи, самоосвітні програми тощо.

За необхідності заклад освіти або органи управління громади, яка організує таке середовище, можуть додати й інші сектори, які вони вважають потрібними в розбудові такого середовища. Представлена організаційна модель здоров'я орієнтованого освітнього середовища розрахована на інформаційно й матеріально збагачене освітнє середовище. Однак, оскільки українське суспільство в умовах російсько-української війни є колективно вразливим, масово відчуває стрес та ще довго у повоєнний період відчуватиме травми війни, то такі орієнтири зі створення здоров'я-орієнтованого середовища в територіальній громаді, на базі спеціально створеної установи або закладу освіти, наразі є важливими.

Розбудова здоров'я-орієнтованого середовища в громадах також є актуальним завданням у плануванні українцями свого майбутнього. Цей підхід визнає, що фізичне та психічне здоров'я населення залежить не лише від індивідуальних чинників, але й від якості та характеристик соціально-психологічного клімату, який сприяє здоров'ю та соціально-психологічному благополуччю членів громади. Хоча під час війни всі ресурси держави та громад мають бути зосереджені на розв'язанні завдання перемоги над російським ворогом, однак у повоєнний період, коли особливо гостро постануть питання відновлення здоров'я українців, особливо тих, хто перебував на фронті та довгий час бачив лише спустошену землю, зруйновану природу та розтрощені будівлі, пил та бруд, створення такого здоров'я-орієнтованого середовища в територіальних громадах буде вкрай затребуваним.

Орієнтоване на підтримку та розвиток здоров'я середовище охоплює різні сфери життя членів громади, включаючи фізичне середовище, соціальну і економічну інфраструктуру, освіту, здоров'я та культуру. Один з ключових аспектів розбудови здоров'я-орієнтованого середовища полягає в забезпеченні якісного довкілля. Для цього необхідно забезпечити доступ до природного довкілля, а також розвивати соціальну та економічну інфраструктуру, сприяти доступності освіти та медичних послуг. Дослідження підтверджують, що наявність зелених зон, парків, спортивних майданчиків і пішохідних доріжок, безпечного та доступного середовища для пішоходів та велосипедистів сприяє

збереженню здоров'я, підвищує фізичну активність та зменшує ризик розвитку хронічних захворювань (Burls, 2007; van den Berg et al., 2010). Натомість помешкання людини в середмісті, ніж на околицях міста, більшою мірою пов'язане з проблемами в сфері психічного здоров'я (Dumont, & Mathis, 2023).

Дослідження також свідчать, що особи, які мають багатий досвід спілкування з природою, менше страждають від кризи, ніж ті, хто в кого такого досвіду мало. Під час перебування в природних умовах відбувається взаємодія між сенсорною стимуляцією, емоціями та логічним мисленням — взаємодія, яка веде до нової орієнтації та нових способів бачення себе та своїх ресурсів (Ottosson, Grahn, 2008). Доступ до природного середовища визначає як індивідуальне, так і колективне здоров'я (Ewert et al., 2014). Перебування в природному середовищі надає людині відчуття щастя та внутрішнього добробуту (Burns, 2005; Capaldi et al., 2014; Куо, 2015), тому так важливо привносити в архітектуру міст і селищ його природні осередки довкілля.

Спільна робота зацікавлених сторін у розвитку закладів освіти, в досягненні екстраординарних цілей та обмін досвідом між різними закладами освіти дозволять створити ефективні стратегії та програми для зміцнення здоров'я всіх членів громад. Нарощування соціального та рефлексивного капіталу громади, розвиток горизонтальних соціальних зв'язків у досягненні спільних цілей може бути спрямовано і на соціально-психологічний добробут членів громад (Найдьонова, 2005; Сила, Сила, 2015).

Для успішної розбудови здоров'я-орієнтованого середовища необхідно враховувати потреби та думки мешканців громад, їхні індивідуальні потреби та особливості різних груп населення. Проведення опитувань, публічних слухань та включення громадськості в прийняття рішень є важливим елементом процесу. Варто враховувати інтереси та потреби всіх зацікавлених сторін, усіх груп населення в розбудові здоров'я орієнтованого середовища. Важливий прогноз ймовірної конфліктної взаємодії між представниками цих груп та сторін, її попередження. Це означає врахування потреб людей з інвалідністю, літніх громадян, молоді, мігрантів. Забезпечення рівності та залученості всіх соціальних груп у діяльність громади – ознака здорового соціального середовища в громаді.

Важливо звернути увагу на роль освіти та інформаційної кампанії в розбудові здоров'я-орієнтованого середовища. Просвітницька робота в територіальній громаді має крос-культурні виміри та орієнтована на актуальні для певного суспільства та різноманітні завдання (Пірен, 2018). Населення повинно мати доступ до актуальної інформації про здоров'я, профілактику захворювань та підтримку психічного благополуччя, інформації про користь здорового способу життя, важливості фізичної активності, здорового харчування та психологічного благополуччя. Варто знати про здорові та нездорові харчові звички, а також про роль шкідливих життєвих звичок не лише для фізичного, а й психічного здоров'я. Заборони щодо куріння в громадських місцях, паління сміття в житловій зоні мають стати не лише правовими актами, що регулюють життя громади, а й неписаними правилами взаємодії її членів (Schofield et al., 1991). Освіта, орієнтована на здоров'я, повинна бути включена до навчальних

програм у школах та університетах, а також проводяться навчальні заходи для дорослих населення. Проведення тренінгів та семінарів, популяризація здорового способу життя через ЗМІ – це інструменти, які сприяють формуванню свідомого ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Інформаційні кампанії можуть поширюватися через різні медіа-канали, включаючи телебачення, радіо, соціальні мережі та місцеві газети. Це допоможе розширити уявлення членів громади про здоровий спосіб життя, правила гігієни, важливість регулярної фізичної активності та збалансованого харчування.

Дослідження показують, що розбудова здоров'я-орієнтованого середовища має численні переваги. Вона сприяє збільшенню тривалості життя, покращенню якості життя, зменшенню витрат на охорону здоров'я та підвищенню продуктивності громад. Здорові громади мають більші шанси досягти стійкого розвитку та покращити якість життя своїх мешканців. Наукові дослідження демонструють, що здоров'я-орієнтоване середовище сприяє підвищенню якості життя та загальному благополуччю громад (Martel et al., 2021). Однак, для створення такого середовища необхідно не тільки наукове обґрунтування, але й активна участь громадськості, місцевої влади та інших зацікавлених сторін.

Одним з прикладів успішної розбудови здоров'я-орієнтованого середовища є проект "Healthy Cities" Всесвітньої організації охорони здоров'я (What is...). Цей проект спрямований на створення здорових громад шляхом співпраці між місцевими органами влади, громадськими організаціями, закладами освіти та мешканцями. У рамках цього проекту реалізуються заходи з покращення фізичного середовища, просування здорового способу життя та розвитку медичних та соціальних послуг (de Leeuw, Simos, 2017).

Показником того, що у закладі освіти або в територіальній громаді наявне здоров'я орієнтоване середовище, а відповідно і таке, що підтримує та зберігає здоров'я в його учасників, може бути індекс благополуччя (Огнєв, Чухно, 2020; Індекс...).

Підсумовуючи, зазначимо: розбудова здоров'я-орієнтованого середовища є складним та багатогранним процесом, який вимагає спільних зусиль та залучення різних зацікавлених сторін, тривалих зобов'язань та системного підходу. Наукові дослідження підтверджують, що такий підхід сприяє фізичному та психічному здоров'ю членів громади, поліпшує якість їхнього життя, а також попереджає соціальні розколи, зменшує соціальні нерівності. Це призводить до зростанню продуктивності громади. Заклади освіти, які знаходяться на території громади, можуть стати соціальними осередками зі створення такого середовища, безпосередньої взаємодії різних соціальних груп, налагодження здорового соціально-психологічного клімату громади. Отже, необхідний цілісний підхід до збереження психічного здоров'я та соціально-психологічного добробуту людини, а також і до здоров'я та добробуту тих, хто її оточує. Без взаємодії, без створення соціального середовища, яке підтримує гармонійні процеси взаємодії його суб'єктів, це неможливо.

Питання для самоконтролю та закріплення матеріалу:

1. Перерахуйте основні теорії міжгрупового конфлікту.
2. В яких випадках застосовуються фасилітація міжгрупової взаємодії?
3. У чому різниця між фасилітацією та медіацією?
4. Наведіть основні стратегії фасилітації міжгрупової взаємодії? Яка з них, на Вашу думку, найбільш дієва?
5. Наведіть переваги та обмеження практики встановлення контакту між групами.
6. Обґрунтуйте послідовність алгоритму фасилітації міжгрупової взаємодії.
7. Як протидіяти інформаційному зараженню в переживанні травми війни?
8. Які є засоби долання негативних емоцій під час війни?
9. Як гумор і сміх використовується в політичній карикатурі і контрпропаганді?
10. Які ви знаєте методи дії для роботи з колективними травмами?
11. Які методи системного сімейного підходу використовується в роботі з наслідками колективних травм?
12. Що таке практика миробудівництва і як вона може бути застосована після російсько-української війни?
13. Які завдання виконує психосоціальна підтримка при роботі з особами, що постраждали внаслідок війни?
14. Назвіть структуру технології психосоціальної підтримки. З яких елементів вона складається?
15. Яку функцію виконує зворотній зв'язок як складова технології психосоціальної підтримки?
16. Опишіть процес насаження ресурсами як специфічний елемент технології психосоціальної підтримки.

Теми та завдання для самостійного освоєння/індивідуального опрацювання:

1. Наведіть та обґрунтуйте соціально-психологічні умови сприяння ефективності практики вибачень у міжгруповій взаємодії?
2. Яким чином ви реалізуєте принцип переживання у власному досвіді, зокрема – для подолання стресу війни.
3. Пригадайте ситуації, коли театральна дія допомагала вам впоратись з травмівним чи конфліктним досвідом.
4. Перевірте на власному досвіді, як допомога іншим сприяє подолати власні травмівні ситуації.
5. Знайдіть приклади з вашого життя, коли мистецтво допомагало переживати складні життєві ситуації.
6. Чим визначається специфіка переживання психічного благополуччя людиною?
7. Як соціальні конфлікти визначають семантичний контент поняття «психічне здоров'я»?

8. Чим визначається ефективність психосоціальних заходів на рівні громади на психічне благополуччя малих груп

Креативні завдання та дискусійні питання для обговорення:

1. Як ви вважаєте, чи треба вдаватися до «залагодження» всіх міжгрупових конфліктів? За яких умов? Обґрунтуйте свою думку.
2. Підберіть приклади актуальних або історичних конфліктів і запропонуйте прийоми і методи їхньої фасилітації в умовах:
 - міжетнічної взаємодії,
 - ситуації «конфлікту поколінь»,
 - напруженої взаємодії представників умовних груп з різними політичними поглядами,
 - релігійних непорозумінь,
 - гендерних конфліктів,
 - конфлікт інтересів, невиправданих або неузгоджених очікувань соціальних груп,
 - недостатньої толерантності до «інакшості» та інклюзії,
 - вияву недостатньої комунікативної компетентності учасників міжгрупової взаємодії,
 - напруженої взаємодії та непорозумінь представників умовних груп з різним досвідом проживання війни.
3. Опишіть\розробіть модель розвитку соціально-психологічного добробуту у родинах внутрішніх переселенців.
4. Запропонуйте використання технології психосоціальної підтримки у ваших авторських програмах роботи (за наявності) з постраждалим населенням.
5. Психологічна просвіта – важливий елемент відновлення населення у воєнний та повоєнний час. Обґрунтуйте, будь ласка, думку.
6. Опишіть\розробіть модель ефективної комунікації у системі «людина-родина-громада» з метою зміцнення соціально-психологічного добробуту суб'єктів соціальної взаємодії.
7. Опишіть\розробіть рекомендації до програми заходів зі зміцнення психічного здоров'я членів громади.

Література до розділу 2

Брунова-Калісецька, І., Кисельова, Т., Мартиненко, О. (2020). *Діалог в моделі правосуддя перехідного періоду: особливості і функції*. Київ.

Вілкінсон, М. (2023). *Секрети фасилітації. SMART-посібник із результативної роботи в групі*. К.: Наш формат.

Вознесенська, О. Л., Сидоркіна, М. Ю. (2016). *Арттерапія у подоланні психічної травми: практичний посібник*. К.: Золоті ворота.

Горностай, П. П. (2022). Подолання колективних травм у контексті інтеграції України в європейський культурно-історичний простір. *Проблеми*

політичної психології. Тематичний спецвипуск з питань євроінтеграції, 11(25), 38–55.

Гусак, Н. (ред.), Чернобровкіна, В., Чернобровкін, В., Максименко, А., Богданов, С., Бойко, О. (2017). *Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс* : навч.-метод. посіб. К. : НаУКМА.

Зливков, В. Л., Лукомська, С. О. (2022). *Сучасні тренінгові технології розвитку особистості в освіті*. Київ.

Індекс Благополуччя Молоді. <https://ukraine.unfpa.org/uk/YWBImainpage>

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України (2023). Результати всеукраїнського репрезентативного опитування – «Стан суспільної свідомості в Україні під час повномасштабного російського вторгнення». <https://ispp.org.ua/2023/07/24/2023-rezultati-vseukraiinskogo-reprezentativnogo-opituvannya-stan-suspilnoii-svidomosti-v-ukraini-pid-chas-povnomasshtabnogo-rosijskogo-vtorgnennya/>

Карп, М., Холмс, П., Таувон, К. Б. (ред.) (2013). *Руководство по психодраме* / пер с англ. Киев: Изд. П. Горностай.

Карпенко, Є. (2015). *Основи психотренінгу* : навч. посібник. – Дрогобич : Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка.

Керівництво МПК з психічного здоров'я та соціально-психологічної підтримки в умовах надзвичайної ситуації (2017). К.: Пульсари.

Кисельова, Т., Надо, Дж. (2022). *Оцінювання фасилітованого діалогу: підходи, рамки та виклики*. Звіт. Координатор проектів ОБСЄ в Україні. Київ.

Нуммі, П. (2023). *Проривні рішення. Методи фасилітації для ефективної групової роботи*. К.: Наш формат.

Огнєв, В. А., Чухно, І. А. (упор.) (2020). *Соціальне благополуччя та інтегральні індекси його оцінки*. Харків : ХНМУ.

Панок, В. Г., Ткачук, І. І. (2021). *Технології психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (з досвіду роботи)*. Київ : Ніка-Центр.

Пірен, М. І. (2018). *Просвітницька робота в територіальній громаді: професійно-світоглядні засади реалізації*. Чернівці: ЧНУ ім. Ю. Федьковича.

Плетка, О. (2022). *Психосоціальна підтримка підлітків, що пережили страхіття війни*. Методичний посібник. – К.: Центр реадптації та реабілітації «ЯРМІЗ».

Психологічна самопомога при кризових та тривожних станах. МВС (2022). URL: <https://te-tmo.mvs.gov.ua/news/show/38/uk>

Слюсаревський, М. М. (2022). Соціально-психологічний стан українського суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення: нагальні виклики і відповіді: Наукова доповідь на засіданні Президії НАПН України 21 квітня 2022 р. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 4(1). <https://doi.org/10.37472/v.naes.2022.4124>

Слюсаревський, М. М. (ред.), Бублик, П. І., Горностай, П. П., Литвин, М. О., Татенко, В. О., Титаренко, Т. М., Хазратова, Н. В. (2018). *Основи соціальної психології*. К. : Талком.

Чорна, Л. Г. (Ред.), Горностай, П. П., Вус, В. І., Коробанова, О. Л., Плетка, О. Т. (2021). *Групові ресурси подолання наслідків негативних соціальних явищ: практичний посібник*. Кропивницький: Імекс-ЛТД.

Школа здоров'я (n. d.). Електронний ресурс: <https://23.kyiv.ua/proekty/shkola-zdorovya/>

Hogg, M. A. (2015). Constructive leadership across groups: How leaders can combat prejudice and conflict between subgroups. *Advances in Group Processes*, 32, Emerald Group publishing Limited, 177–207.

Hogg, M. A. & Gaffney, A. M. (2018). Group processes and intergroup relations. In John T. Wixted (Ed.), *The Stevens' handbook of experimental psychology and cognitive neuroscience*. Volume 3: Developmental and social psychology. New York: John Wiley & Sons, Inc. doi: 10.1002/9781119170174.epcn414

Hogg, M. A., Rast, D. E. (2023). Intergroup leadership: The challenge of successfully leading fractured groups and societies. *Current Directions in Psychological science*, 31 (6). <https://doi.org/10.1177/09637214221121598>

Paluck, E. L., Porat, R., Clark, C. S., & Green, D. P. (2021). Prejudice reduction: progress and challenges. *Annual Review of Psychology*, 72, 533-560. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-071620-030619>

Pettigrew, T. F. (2021). Advancing intergroup contact theory: Comments on the issue's articles. *Journal of Social Issues*, 77, 258-273. <https://doi.org/10.1111/josi.12423>

Pettigrew, T. F., & Tropp, L. R. (2006). A meta-analytic test of intergroup contact theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90 (5), 751-783.

Sandole, D. (2010). *Peacebuilding* (War and Conflict in the Modern World). Cambridge, UK: Polity Press.

Wiener, R., Adderley, D., Kirk, K. (Eds.) (2011). *Sociodrama in a Changing World: An anthology of international developments*. Raleigh, NC: www.lulu.com.

Список посилань на першоджерела, використані при підготовці розділу та які можуть бути використані студентами та аспірантами як додаткова література

Васютинський, В. (2022). Провини етнополітичних суб'єктів в оцінках українських студентів. *Проблеми політичної психології*, 12(26), 216-226. <https://doi.org/10.33120/pop-Vol26-Year2022-99>

Вебер, Г. (Сост.) (2007). *Практика семейной расстановки: Системные решения по Берту Хеллингеру* / пер. с нем. Москва: Ин-т Консультирования и системных решений.

Гайдук, Н., Журавський, А. (2001). *Основи посередництва: концепції, методи та прийоми*. Львів, Національний університет «Львівська політехніка».

Главник, О. (упор.), Максименко, С. (ред.), Бевз, Г. (2008). *Технологія тренінгу*. К.: Главник.

Голдратт, Е., Кокс, Дж. (2019). *Мета. Процес безперервного вдосконалення*. К.: Наш формат.

Госпітальна шкала (HADS) (n.d.). URL: <https://www.vz.kiev.ua/wp-content/uploads/2021/01/Gospitalna-shkala-tryvogy-i-depresiyi.docx>

Гридковець, Л. (ред.) (2018). *Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи*. Навч. посібник. Том 3. Київ.

Єжова, О. О. (2010). *Здоровий спосіб життя*. Суми: Університетська книга. ISBN 978-966-680-495-5.

Журавський, А., Гайдук, Н. (2004). *Модель процесу посередництва: концепції, методи та прийоми*. Вінніпег; Львів: Малті-М.

Залюбовська, Л. (ред.), Арцимеєва, Д., Терентьєва, Г., Зав'ялова, Т., Паньків, Н. (2023). Коли світ на межі змін: школа, чутлива до психічного здоров'я. Електронний ресурс: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/news/2023/04/13/GG-posibnyk.web.2.13.04.2023.pdf>

Карамушка, Л. (2022). Психолого-організаційні технології: зміст, структура, види та форми реалізації. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 1(25), 50-61. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.6>

Кількість українців та їх міграція за кордон через війну. Укрінформ, 06.07.2023. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-ato/3732355-kilkist-ukrainciv-ta-ih-migracia-za-kordon-cerez-vijnu.html>

Коробанова, О. Л. (2012). Особистісно-рольова гра як психологічна технологія формування мотивації політичної участі. *Проблеми політичної психології*, 13, 298-310.

Коробанова, О. Л. (2016). Рольові аспекти групової взаємодії в умовах сучасності. *Мат-ли методологічного семінару НАПН України «Особистість в умовах кризових викликів сучасності»* (24 березня 2016 року), 306-315.

Коробанова, О. Л. (2022). Фасилітація міжгрупової взаємодії обдарованої молоді. *Обдаровані діти – скарб нації! : матеріали III Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції (Київ, 18–23 серпня 2022 року)*, 483-491. стигматизації.

Коробка, Л. (2022). Соціально-психологічні технології протидії стигматизації та підтримки стигматизованих осіб. *Проблеми політичної психології*, 11(25), 67-84.

Коробка, Л. М. (ред.), Васютинський, В. О., Вінков, В. Ю., Губеладзе, І. Г., Голота, А. С., Гусєв, І. М., Мяленко, В. В. (2022). Підтримка стигматизованих меншин: соціально-психологічні технології : практичний посібник. – Кропивницький : Імекс-ЛТД.

Мешко, Г. М. (2017). Формування здоров'язбережувального освітнього середовища як аспект діяльності керівника загальноосвітнього навчального закладу. *Науковий вісник Ужгородського університету : збірник наукових праць. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*, 1(40), 157–161.

Найдьонова, Л. А. (2005). Рефлексивний капітал територіальних спільнот у забезпеченні психологічного благополуччя людини. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка*, 4, 59-66.

Наор, Я. (2005). *Театр Холокоста. Психодрама и современная психотерапия*. № 4, 15–30.

Наор, Я., Готт, Х. (2011). Навстречу исцелению: Противостояние Холокосту через психодраму, социодраму и ритуалы. *Психодрама и современная психотерапия*, 1–2, 39–46.

Пирог, Г. В., Портницька, Н. Ф., Тичина, І. М., eds. (2023). *Суспільство для психічного здоров'я особистості: взаємодія родини, освіти, громади : Збірник наукових праць [за матеріалами Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (Україна, Житомир, 24 листопада 2022 р.)]*. Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, Житомир.

Плетка О. (2021). Територіальна ідентичність в просторі групової арттерапевтичної реабілітаційної практики // *Простір арт-терапії*. Вип. 2 (30).

Робота з вимушено переміщеними особами – один з ключових напрямків діяльності Мінреінтеграції // Урядовий портал від 30.05.2022. URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/robota-z-vnutrishno-peremishchenimi-osobami-odin-z-klyuchovih-napryamkiv-diyalnosti-minreintegraciyi>

Романовська, Д. Д. (2014). *Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти*. Навчальний посібник. Чернівці : Технодрук.

Сила, В. Г., Сила, Т. І. (2015). Соціальний капітал громади та його роль у процесах трансформації суспільства. У Лепський, М. А. (ред.) *Сталий людський розвиток місцевих громад : Наукові праці ВНЗ-партнерів Проєкту ЄС/ПРООН «Місцевий розвиток, орієнтований на громаду»* (с. 87-94). Запоріжжя: ЗНУ.

- Старовойтенко, О. (2015). Школа самодопомоги. Електронний ресурс: <http://surl.li/oqzbn>
- Терещенко, І. (ред.), Гусєв, А., Гусєва, К., Похмєлкіна, Г. (2019). *Збірка статей «5 років діалогу і 25 років медіації в Україні: від протистояння до порозуміння»*. К.: ВАІТЕ.
- Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) та третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. *Посттравматичний стресовий розлад* (2016). МОЗ.
- Чебикін, О. Я., Сінєльнікова, Т. В. (2013). *Психологічні основи тренінгових технологій*. Одеса : Лерадрук.
- Allport, G. V. (1958). *The Nature of Prejudice*. Garden City, N.Y. Doubleday & Co.
- Arieli, D., & Abboud Armaly, O. (2023). Nonviolent communication (NVC) based mediation: Practice insight. *Conflict Resolution Quarterly*, 40(3), 357–366. <https://doi.org/10.1002/crq.21370>
- Arthur, Jr. W., Bennett, J. W., Edens, P. S., Bell, S. T. (2003). Effectiveness of training in organizations: A meta-analysis of design and evaluation features. *Journal of Applied psychology*, 88(2), 234-244.
- Assche, J. & Roets, A. & Haesevoets, T. & Noor, M. (2021). “Sorry for Congo, Let’s Make Amends”: Belgians’ Ideological Worldviews Predict Attitudes Towards Apology and Reparation for its Colonial Past. *International Review of Social Psychology*, 34. 10.5334/irsp.486.
- Beelmann, A., Heineman, K. S. (2014). Preventing prejudice and improving intergroup attitudes: A meta-analysis of child and adolescent training programs. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 35 (1), 10-24. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2013.11.002>
- Berceli, D. (n.d.). Trauma Releasing Exercises. <https://traumaprevention.com/>
- Bonam, C. M., Nair Das, V., Coleman, B. R., & Salter, P. (2019). Ignoring history, denying racism: Mounting evidence for the Marley hypothesis and epistemologies of ignorance. *Social Psychological and Personality Science*, 10, 257–265. <http://doi.org/10.1177/1948550617751583>
- Bonebright, D. A. (2010). 40 years of storming: a historical review of Tuckman's model of small group development. *Human Resource Development International*, 13(1), 111-120.
- Burton, N. W., Pakenham, K. I., Brown, W. J. (2010). Feasibility and effectiveness of psychosocial resilience training: a pilot study of the READY program. *Psychology, health & medicine*, 15(3), 266-277.
- Brown, M. (2010). *The Presence Process: A Journey Into Present Moment Awareness*. Kindle Edition.
- Burls, A. (2007). People and green spaces: promoting public health and mental well-being through ecotherapy. *Journal of Public Mental Health*, 6, 24-39. <https://doi.org/10.1108/17465729200700018>
- Burns, G. W. (2005). Naturally happy, naturally healthy: the role of the natural environment in well-being. In F. A. Huppert, N. Baylis, & B. Keverne, *The science of well-being* (pp. 405–431). Oxford University Press.
- Campbel, D. T. (1965). Ethnocentric and other altruistic motives. In D. Levine (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 283-301). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Capaldi, C. A., Dopko, R. L., & Zelenski, J. M. (2014). The relationship between nature connectedness and happiness: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 5, Article 976. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00976>
- Clarke, J. Illsley (1998). *Self-Esteem: A Family Affair*. USA: Hazelden
- Cooperrider, D., & Whitney, D. (2009). *Appreciative Inquiry: A Positive Revolution in Change*. RHYW.
- Cozer, L. (1956). *The functions of Social Conflict*. London: Routledge and Kegan Paul.
- de Leeuw, E., Simos, J. (2017). *Healthy Cities. The Theory, Policy, and Practice of Value-Based Urban Planning*. NY: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4939-6694-3>
- Drissi, N., Alhmoudi, A., Al Nuaimi, H., Alkhyeli, M., Alsalami, S., Ouhbi, S. (2020a). Investigating the Impact of COVID-19 Lockdown on the Psychological Health of University Students

and Their Attitudes Toward Mobile Mental Health Solutions: Two-Part Questionnaire Study. *JMIR Form Res*, 4(10):e19876. doi: 10.2196/19876.

Drissi, N., Ouhbi, S., Janati Idrissi, M. A., Fernandez-Luque, L., Ghogho, M. (2020b). Connected Mental Health: Systematic Mapping Study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(8):e19950. doi: 10.2196/19950.

Drissi, N., Ouhbi, S., Marques, G., de la Torre Díez, I., Ghogho, M., Janati Idrissi, M. A. (2021). A Systematic Literature Review on e-Mental Health Solutions to Assist Health Care Workers During COVID-19. *Telemedicine journal and e-health*. 27(6):594-602. doi: 10.1089/tmj.2020.0287.

Drury, L., Hutchinson, P., & Abrams, D. (2016). Direct and extended intergenerational contact and young people's attitudes towards older adults. *British Journal of Social Psychology*, 55, 522-543. <https://doi.org/10.1111/bjso.12146>

Dumont, C. R., & Mathis, W. S. (2023). Mapping heat vulnerability of a community mental health center population. *Community Mental Health Journal*, 59(7), 1330–1340. <https://doi.org/10.1007/s10597-023-01119-9>

Ewert, A. W., Mitten, D. S., Overholt, J. R. (2014). *Natural environments and human health*. Cabi. <https://doi.org/10.1079/9781845939199.0000>

Fromm, E. (1964). *The heart of man: its genius for good and evil*. New York,: Harper & Row.

Giner-Sorolla, R., Petrovic, N., Čehajić-Clancy, S., Zaiser, E., (2022). Intergroup apologies from both sides: Perceptions of goals and satisfaction in two European contexts. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 28(4), 510–520. <https://doi.org/10.1037/pac0000619>

Granberg, D., Sarup, B. (1994). *Social judgement and intergroup relations*. Essays in honour of Muzafer Sherif. Springer-Verlag.

Grygorian, L., Boehnke, K., Cohrs, J.K., Fons (A.J.R.) van de Vijver, Easterbrook, M.J. (2022). Multiple categorization and intergroup bias: Examining the generalizability of three theories of intergroup relations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 122(1). 34–52. <https://doi.org/10.1037/pspi0000342>

Halabi, S., Nadler, A., Dovidio, J. F. (2013). Positive responses to intergroup assistance: The roles of apology and trust. *Group Processes & Intergroup Relations*, 16(4), 395–411. <https://doi.org/10.1177/1368430212453863>

Hausman, M. (2017). bicablo R 1 *Visual Dictionary: for meeting, training & learning*. Neuland. *retrived from: bicabo.com/en/home-page*

Hausman, M. (2022). *UZMO - Thinking with Your Pen - The bicablo-Visualization Guide now in English!*

Hogg, M. A., Abrams, D. (1988). *Social identifications: A social psychology of intergroup relations and group processes*. New York: Routledge.

Huges, J., & Weiss, J. (2021). Simple rules for making alliances work. *Harward Business Review*. Vantage Partners. Retrived from: https://eefam.gr/wp-content/uploads/2021/02/RulesForMakingAlliancesWork_15042016.pdf

Jarrett, T. (2023). Restraining the disabled: A program evaluation of nonviolent crisis intervention in the educational setting. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 84(12-A).

Kellermann, P. F. (2007). *Sociodrama and Collective Trauma*. London: Jessica Kingsley, 2007.

Korobanova, O. (2017). Personal-and-Role Modeling of Active Social Behavior by Youth. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 40 (43). 147– 157.

Krueger, J. (2001). Social Categorization, psychology of. In Neil J. Smelser, Paul B. Baltes (ed.). *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, 14219-14223. <https://doi.org/10.1016/B0-08-043076-7/01751-4>

Kuo, M. (2015). How might contact nature promote human health? Promising mechanisms and a possible central pathway. *Frontiers in Psychology*, 6, Article 1093.

Lasater, M. E., Flemming, J., Bourey, C., Nemiro, A., Meyer, S. R. (2022). School-based MHPSS interventions in humanitarian contexts: a realist review *BMJ Open*;12:e054856. doi: 10.1136/bmjopen-2021-054856

- Lazarus, R. S., Launier, R. (1981) Stressbezogene transaktionen zwischen PERSON UND Umwelt. In R. Nitsch (Hrsg.). *Stress: Theorien, untersuchungen, Massnahmen*. Bern: Huber, 213-259.
- MacInnis, C. C. & Page-Gould, E. (2015). How can intergroup interaction be bad if intergroup contact is good? Exploring and reconciling an apparent paradox in the science of intergroup relations. *Perspectives of Psychological Science*, 10(3). <https://doi.org/10.1177/1745691614568482>
- Martel, S., Heidebrecht, C., D'Silva, C., Singh, N., Fierheller, D., & Zenlea, I. (2021). Building a community-based participatory approach to child, youth, and family health: Learnings from organizational engagement in the Peel Region of Ontario. *Families, Systems, & Health*, 39(3), 443–453. <https://doi.org/10.1037/fsh0000622>
- Miles, E. & Crisp, R. J. (2014). A meta-analytic test of the imagined contact hypothesis. *Group Processes and Intergroup Relations*, 17 (1), 3-26. <https://doi.org/10.1177/13688430213510573>
- Moreno, J. L. (1953). *Who shall survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama*. – Beacon, New York: Beacon House Inc.
- Moscovici, S., & Zavalloni, M. (1969). The group as a polarizer of attitudes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 12(2), 125–135. <https://doi.org/10.1037/h0027568>
- Nagda, B. A., Yeakley, A., Gurin, P., Sorensen, N. (2012). Intergroup Dialogue: A Critical-Dialogic Model for Conflict Engagement. In book: *The Oxford handbook of intergroup conflict*. Chapter 13. Oxford University Press.
- Nunney, S. J., Manstead, A. S. R. (2021). Step by step: Testing the staircase model of intergroup apologies. *European Journal of Social Psychology*, 51(3), 538–550. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2758>
- Ottosson, J., Grahn, P. (2008). The role of natural settings in crisis rehabilitation: How does the level of crisis influence the response to experiences of nature with regard to measures of rehabilitation? *Landscape Research*, 33(1), 51-70. <https://doi.org/10.1080/01426390701773813>
- Park, N. (2009) Character Strengths: Research and Practice. *Journal of College & Character*, 4 (X). <http://www.tandfonline.com/page/terms-and-conditions>
- Pettigrew, T. F. (1998). Intergroup contact Theory. *Annual Review of Psychology*, 49, 65-85. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.49.1.65>
- Prentice, D. A., & Miller, D. T. (Eds.). (1999). *Cultural divides: Understanding and overcoming group conflict*. New York: Russell Sage.
- Reinders Folmer, C. P., Wildschut, T., Haesevoets, T., De keersmaecker, J., Van Assche, J., Van Lange, P. A. M. (2021). Repairing trust between individuals and groups: The effectiveness of apologies in interpersonal and intergroup contexts. *International Review of Social Psychology*, 34(1), Article 14. <https://doi.org/10.5334/irsp.479>
- Reivich, K. J., Seligman, M. E., McBride, S. (2011). Master resilience training in the US Army. *American psychologist*, 66(1), 25-34.
- Riggio, R. E., Riggio, H. R., Salinas, C., & Cole, E. J. (2003). The role of social and emotional communicational skills in leader emergence and effectiveness. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, 7 (2). 83-103.
- Rogers, N. (1993). *The Creative Connection: Expressive Arts as Healing*. Science & Behavior Books.
- Rosenberg, M. (2012). *Living nonviolent communication: Practical tools to connect and communicate skillfully in every situation*. Sounds True.
- Senge, P. (1990). *The Fifth Discipline: The art and Practice of the Learning organization*. New York: Doubleday/Currency.
- Schirch, L. (2006). *Little Book of Strategic Peacebuilding: A Vision and Framework for Peace with Justice*. Intercourse, PA: Good Books.
- Schofield, J. W. (1991). School desegregation and intergroup relations: a review of the literature. In G. Grant (Ed.), *Review of Research in Education*, 17, 335–409. Washington, DC: American Education Research Association. <https://doi.org/10.2307/1167335>
- Schofield, M. J., Redman, S., & Sanson-Fisher, R. W. (1991). A community approach to smoking prevention: A review. *Behavior Change*, 8(1), 17–25.

Scholtz, H., & Vesper, R. (2022). *Facilitation: Dialog- und handlungsorientierte Organisationsentwicklung*. VAHLEN.

Sherif, M. (1966). *Group conflict and cooperation*. London: Routledge & Kegan Paul.

State, T. M., Ouellette, R. R., Zaheer, I., & Zahn, M. R. (2023). Healthy educators need healthy schools: Supporting educator work-related well-being through multitiered systems of support. *School Psychology*. <https://doi.org/10.1037/spq0000567>

Stephan, W. G. & Stephan, C. W. (1996). *Predicting prejudice*. *International Journal of Intercultural Relations*, 20 (3-4), 409-426. [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(96\)00026-0](https://doi.org/10.1016/0147-1767(96)00026-0)

Tajfel, H. (2001). Social stereotypes and social groups. In M. A. Hogg & D. Abrams (Eds.), *Key readings in social psychology. Intergroup relations: Essential readings* (pp. 132–145). Psychology Press.

Tajfel, H., Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin, & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33–37). Monterey, CA: Brooks/Cole. Retrieved from: <https://www.alnap.org/system/files/content/resource/files/main/tajfel-turner-1979-compressed.pdf>

Turner, R. N., Crisp, P. J. (2010). Imagining intergroup contact reduces implicit prejudice. *British Journal of Social Psychology*, 49 (1), 129-42. <https://10.1348/014466609X419901>

Van de Ridder, J. M., McGaghie, W. C., Stokking, K. M., ten Cate, O. T. (2015). Variables that affect the process and outcome of feedback, relevant for medical training: a meta-review. *Medical education*, 49(7), 658-673.

van den Berg, A. E., Maas, J., Verheij, R. A., & Groenewegen, P. P. (2010). Green space as a buffer between stressful life events and health. *Social Science & Medicine*, 70(8), 1203–1210. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.01.002>

What is a healthy city? (n.d.) <https://www.who.int/europe/groups/who-european-healthy-cities-network/what-is-a-health-city>

White, S., Foster, R., Marks, J., Morshead, R., Gold-Smith, L., Barlow, S., Sin, J., & Gillard, S. (2020). The effectiveness of one-to-one peer support in mental health services: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 20, Article number: 534.

Worchel, S. (1979). Cooperation and the reduction of intergroup conflict: Some determining factors. In W. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 262–273). Monterey, CA: Brooks/Cole.

Wright, S. C., Aron, A., McLaughlin-Volpe, T., & Ropp, S. A. (1997). The extended contact effect: Knowledge of cross-group friendships and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(1), 73–90. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.1.73>

Zelenin, V. (2023). Group training and team coaching as practices of personnel leadership development: A comparative analysis. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 51(54), 39–50. <https://doi.org/10.33120/ssspj/54.2023.39>

Післямова

Підсумовуючи результати наукових узагальнень, чим є міжгрупова взаємодія під час війни та миру, зазначимо таке. У соціально-психологічній парадигмі міжгрупова взаємодія насамперед визначається як така, що забезпечує ідентифікацію соціального індивіда. Ідентифікаційний вимір взаємодії показує соціальний статус групи, наскільки він високий та автономний. Ціннісний вимір взаємодії розкриває, наскільки вона є етичною, а соціально-репрезентативний – впізнаваність, впливовість, помітність групи, що регулює інтенсивність взаємодії. І ці «мирні» виміри міжгрупової взаємодії трансформуються під час війни, бо механізми взаємодії працюють більш виразно та поляризовано, більш однозначно та категорично. Війна є виявом екстремальної міжгрупової взаємодії. Йдеться не лише про виживання, а й про збереження та захист ідентичності групи або її знищення. Виразна помітність груп вимірюється стійкістю, моральністю, гуманним поведінням з представниками групи-ворога. Під час війни ціннісний аспект взаємодії груп набирає надзвичайного значення.

Російсько-українська війна не є класичним міжгруповим конфліктом, а збройним протистоянням великих соціальних та, врешті-решт, глобальних груп, які представляють демократичні або авторитарні моделі взаємодії людей. Початок росіянами війни є абсолютно суб'єктивним, проєктивно-ідентифікаційним переносом патологізованих інгрупових процесів агресора у поле міжгрупової взаємодії з групою-сусідом.

Цей посібник містить багато посилань на «старі» джерела світової психології, які стали натепер звичними та поширеними. Однак під час російсько-української війни звернення до фундаментальних досліджень у галузі міжгрупової взаємодії, вивчення упереджень та дискримінації, регресивного розвитку великих соціальних груп, соціально-психологічних умов та механізмів, які призводять до конфронтації та насилля, є актуальним. Свіжий погляд на ці, почасти призабуті, ефекти міжгрупової взаємодії дають не лише глибше розуміння того, що відбувається зараз під час війни, а й становлять підґрунтя подальших українських прикладних досліджень, спрямованих на пояснення того, а чому ж війна та що ж відбувається з соціальним життям людини під час неї. Саме такими прикладними дослідженнями в галузі міжгрупової взаємодії наразі рясніє світова психологія.

Війна є колективною травмою. Прогнозуючи повоєнне відновлення, варто пам'ятати про виклики міжгрупової взаємодії, які обумовлені цим впливом, про відновлення розуміння та довіри між різними умовними та реальними групами українців. Так само, як лідери у шкільному класі демонструють моделі поведінки, які не допускають булінг та сварки серед учнів, так само і лідери думок, еліта нації мають зайняти розуміючу позицію з прийняття різних думок своїх співгромадян, спрямованих на зміцнення ідентичності великої національної групи українців.

Мріючи про перемогу над російським агресором, українці впевнені, що існує гармонійний світ, де групи-сусіди розмовляють та мирно взаємодіють. Саме з таких позицій діалогу та кооперації в міжгруповій взаємодії Україна спрямовує свої зусилля на інтеграцію до Євросоюзу.

ГЛОСАРІЙ

Аутгрупова дискримінація – фіксує відмінності в оцінюванні своєї і чужої групи на користь своєї (Tajfel, Turner, 1979; Campbell, 1967); виявляється в упередженості щодо оцінювання іншої групи, посилює підозріливість і ворожість щодо представників аутгрупи.

Вторинний травмівний стрес – це реакцією на стрес (травму), яка трапляється з іншими людьми. До нього може призвести безпосередня участь у ситуаціях, пов'язаних з травмами інших, або навіть повторне слухання деталей цих травматичних подій.

Гордість групи (Salice, & Montes Sánchez, 2016) – виникає, коли ідея належності до певної групи викликає у суб'єкта гордість за дії інших членів групи, тобто в нього формується уявлення про себе як про «нас», про «ми». За такої умови соціальне Я суб'єкта поширюється на всіх членів групи. У разі недостатності відчуття групою гордості за себе вона починає виявляти груповий егоїзм, цькувати окремих членів групи.

Групова афіліація – прагнення малої групи належати до іншої, більшої групи. Міжгрупові відносини розгортаються по вертикалі, на відміну від відносин по горизонталі в рівнопорядкових групах. Відносини між групами не є рівноправними – малі групи функціонують за законами великої групи, до якої вони афілійовані. **Афіліація** (Schachter, 1959) – потреба людини у створенні теплих, довірчих, емоційно значущих взаємин з іншими, прагнення до об'єднання, особливо в умовах небезпеки або тривожної невизначеності.

Групова відкритість – виявляється в прагненні групи отримати інформацію ззовні, унаслідок чого вона піддається різного роду впливам та оцінкам з боку інших груп. Є зв'язок між відкритістю групи і добробутом, психологічним благополуччям людини в суспільстві: що вищий рівень добробуту, то більш відкритою може бути група, і навпаки – за несприятливих умов відкрита група стає закритою. Закритість є значущою з погляду збереження групи як цілого і на якийсь час рятує групу від негативних наслідків складних соціальних ситуацій.

Групова поляризація (Moscovici, & Zavalloni, 1969) – виникає за умови як інформаційного, так і нормативного впливу членів групи одне на одного, їхньої упередженості і полягає в підсиленні середньої тенденції в думках членів групи (тобто групи, які мають протилежні погляди, цінності, соціально-психологічні характеристики, з часом, стверджуючись у власних поглядах, віддаляються одна від одної, збільшують соціальну дистанцію між собою, поляризують власні погляди на одну й ту саму соціальну проблему). У складних соціальних ситуаціях, коли протягом тривалого часу соціальні проблеми не розв'язуються, поляризація посилюється.

Групові психологічні захисти – характеризують групу як цілісність, що здатна виробити спільні захисти, які здебільшого за змістом тотожні індивідуальним (Горностай, 2019), але посилюються механізмами групової взаємодії: фасилітацією, груповим тиском, згуртованістю тощо. Групові психологічні захисти на певних етапах розвитку групи виконують адаптаційну

функцію, а на певних – призводять до дезадаптації і неконструктивної поведінки. Однією з найбільш деструктивних форм вияву групового захисту є *булінг* – перенесення неусвідомлюваної агресії групи на одного з її членів («цапа-відбувайла»), представника іншої групи або навіть на всю аутгрупу.

Групові стереотипи та упередження (Allport, 1954; Campbell, 1967; Tajfel, 2001) є узагальненими, поверховими уявленнями і хибними думками членів групи про представників інших груп без будь-яких на те підстав. Стереотипи економлять когнітивний ресурс людей, особливо в складних соціальних ситуаціях, дають змогу швидко орієнтуватися в соціальному середовищі; зменшують невизначеність ситуації, підвищують відчуття персонального комфорту і захищеності учасників взаємодії.

Груповий егоїзм (термін запозичено із соціології) – потенціоє спрямованість активності малої групи проти інтересів, цілей і норм інших окремих груп чи всього суспільства, на досягнення цілей цієї групи через протидію іншим групам. Також може виявлятися через нехтування інтересами окремої людини задля стабільності функціонування групи, її цілісності, дієвості вимог і стандартів групової поведінки, особливо в складних соціальних ситуаціях. Загалом справляє негативний вплив і на групу, і на її окремих членів. Однією із форм вияву групового егоїзму є мобінг.

Груповий міф – один із механізмів підтримки ідентичності групи. Сюжет такого міфу може стосуватися історії виникнення групи і її творця, загрози цілісності і втрат унаслідок взаємодії групи із соціальним середовищем (Чорна, Горностаї, 2021b).

Групоцентризм (Kruglanski et al., 2006) – сприйняття соціальним індивідом інгрупи, як надважливої частини свого життя людини, коли у взаємодії надається безумовна перевага інгрупі; при оцінці вчинків людини насамперед береться до уваги її членство в інгрупі, а не етичність поведінки.

Етноцентризм (Sumner, 1906) – уявлення членів етнічної групи про себе, як центру світобудови; на думку такої групи інша група має наслідувати саме її «правильні» традиції та віру.

Інгрупа, група, до якої людина належить, відчуває прихильність, (Sumner, 1906). Аутгрупи – всі інші групи.

Інгруповий фаворитизм – тенденція в поведінці інгрупи певним чином сприяти членам власної групи на протигагу підтримці членів іншої групи; означає прихильність до своєї групи, а також схильність пояснювати успіхи своєї групи внутрішніми чинниками, а невдачі – зовнішніми (Tajfel, 1970; Tajfel, Turner, 1979; Linville et al., 1986; Mummendey, & Otten, 1998). Однією із форм вияву фаворитизму є *груповий нарцисизм* (Fromm, 1964) – самозвеличення групи, її слави і досягнень.

Інформаційна травма – це особливий вид індивідуальної чи колективної психічної травми, яка спричиняється переважно інформаційними чинниками.

Колективна травма – це психічна травма, отримана великою групою людей (чи її представниками) внаслідок якоїсь події, що далеко виходить за межі нормальних умов функціонування групи. Ними можуть бути соціальні, техногенні чи екологічної катастрофи, злочинні дії політичних чи інших

соціальних суб'єктів з тяжкими наслідками. При цьому відбувається руйнування соціально-психологічних утворень та систем групи чи соціуму.

Міжгрупова взаємодія є взаємно обумовленими діями інгрупи та аутгруп, впливами соціальних груп одна на одну в динаміці їхніх відносин.

Міжпоколінна (трансгенераційна) передача травми – це делегування травми з першого покоління тих, хто пережив травмування, до другого та наступних поколінь нащадків, через складні механізми посттравматичного стресового розладу.

Окультурування травми – це опрацювання травми в культурі (героїчному епосі, мистецтві тощо), внаслідок чого травма перетворюється на (відносно) нетравмівний історичний або культурний наратив.

Референтність – міжособовий і міжгруповий феномен, який полягає у впливовості особи або групи для інших. Референтні групи внаслідок ідентифікації виступають еталоном, стандартом, джерелом формування соціальних норм і ціннісних орієнтацій для інших груп (Granberg, & Sarup, 1992).

Ритуалізація травми – це система заходів (створення меморіалів, пам'ятників, відзначення пам'ятних дат тощо), які сприяють колективному переживанню травми і послабленню її негативних наслідків.

Територіальна ідентичність – переживання та усвідомлення соціальним індивідом своєї приналежності до групи людей (реальної або уявної), які мають спільний історичний та соціокультурний досвід, обумовлений спільною територією помешкання та відповідно мовою, традиціями, цінностями, способом життя тощо.

Виробничо-практичне видання

ПСИХОЛОГІЯ МІЖГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ
У ВИМІРАХ ВІЙНИ І МИРУ

Навчальний посібник
За науковою редакцією Л. Г. Чорної

Літературне редагування Т. А. Кузьменко

В оформленні обкладинки використано картину
Давида Бурлюка «Українці», 1912.

Адреса Інституту: 04070, м. Київ, вул. Андріївська, 15

Підписано до друку 25.12.2023 р. Формат 60x84/8.
Гарнітура Times New Roman. Ум. друк. арк. 11,0.
Електронне видання

Поліграфічно-видавничий центр ТОВ «Імекс-ЛТД»
Свідоцтво про реєстрацію серія ДК № 195 від 21.09.2000 р. 25006,
м. Кропивницький, вул. Декабристів, 29.
Тел./факс (0522) 22-79-30, 32-17-05 E-mail:
marketing@imex.net
